د. هبة قطب

فقط للكبار

أسئلة وأجوبة



معلومات متخصصة
فى العلاقات الجنسية
من منظور الطب والدين

هلا
للنشر
والتوزيع

د. هبة قطب

للكبار فقط

أسئلة وأجوبة

①

معلومات متخصصة في العلاقات الجنسية من منظور الطب والدين

هلا للنشر والتوزيع

اسم الكتاب : للكبار فقط
تأليف : د. هبة قطب
الناشر : هلا للنشر والتوزيع
6 شارع الدكتور حجازى الصحفيين - الجيزة
تليفون : 3041421 فاكس : 3449139
البريد الإلكترونى : www.halapublishing.com
hala@halapublishing.com
رقم الإيداع : 2006/3312
الترقيم الدولى : 7 - 191 - 356 - 977
تصميم الغلاف : كامل جرافك
طباعة : هلا للنشر والتوزيع
الطبعة الأولى
1427 هـ 2006 م

هذا الكتاب.....لماذا؟

هل تساءلتم يوما لماذا يباع -فورا وبسرعة- كل ما يحمل كلمة "جنس"؟ لماذا تكسب الأفلام الجنسية التى "تصنع" فى أسابيع قليلة

وربما في أيام معدودة كل هذه المكاسب؟ لماذا يسعى الشباب وراء المصادر غير الموثوق بها مثل الأفلام والمجلات الإباحية ومواقع الإنترنت المشبوهة والكتب التي لا تقوم على أسس علمية ثابتة أو مدروسة؟

الإجابة عن كل هذا تكمن فى أن الجنس فى مجتمعاتنا الشرقية هو أحد الممنوعات التى لا يجرؤ أحد أن يتكلم فيها أو عنها. بالرغم من أننا غالبا ما نلقي باللوم على الشباب، بصفتهم المستهلكين الدائمين في واقع الأمر لهذه الأفلام والمجلات الإباحية ومواقع الإنترنت المشبوهة متناسين أن الجنس غريزة أصلية عند البشر وهى من الغرائز الأساسية الخمس مثله مثل الجوع والعطش والنوم والأمومة. نشير دائما بأصابع الاتهام إليهم دون أن نقف لحظة لنسأل أنفسنا من أين للشباب بالثقافة الجنسية الصحيحة التي تؤهلهم لحياة زوجية سعيدة على أسس دينية وطبية سليمة ؟!

إن هذا تحديدا هو الغرض من هذه المعلومات التثقيفية التي تضع الأساس المتين لحياة جنسية سوية. صحيح إنها لن تقدم المعرفة الشاملة المتعلقة بالجنس ودوافعه وممارساته وتعقيداته، ولكنها - كما نرجو- ستكون الدليل الذي يضع الأمور في نصابها الصحيح.

✉ أنا شـاب فى الثـانيـة والعشـرين من عـمـرى، تخـرجت السنة الماضيـة من الجامعـة ولم أعمل بعد، مـشكلتى هى أننى مدمن للأفـلام ومواقع الإنترنت الإباحية، ثم أعود فأندم ندمًا شديداً وأعقد العزم على عدم العودة إلى ذلك، ولكنى أعود فأضعف وأعيد نفـس الكرة مرة أخرى، فهل من مخرج من هذه العادة المشينة أم إنه قدرى؟

✍ ✍ ✍

* هذا النوع من الإدمان منتشـر بين الشباب لاعتقادهم بصـعوبة الإقلاع عنه، ولكنى أؤكد لك يا صديقى أن الإقلاع عن هذه العادة المذمومة ليس بهذه الصعـوبة، ولكنها تسـتلزم إرادة صلبة، وهذا منتظر منك لحـداثة سنك، فمن عساه أن يتصف بشخصية محاربة أكـثر من شاب فى صدر شبابه يملك مستقبله فى يديه ويستطيع تشكـيله بمساندة الله وبإذنه؛ ولنتكلم عن الأسبـاب الجوهرية التى دفعتك إلى ذلك، أنا أرى أن السبب الرئيسى هو الفراغ الذى تعانى منه يا صديقى بعد تخرجك وعـدم عملك حتى الآن، أما السبب الثانى فـهو قصور فى محاولاتك للإقـلاع عن ذلك، ولكنى أقصد المحاولات الجـادة بمعنى جهاد النفس وحملها بعيداً عن هوى النفس الذى يغلبك فى معظم الأحيان للأسف.

أما عن الحل العملى لمشكلتك فهى كالتالى:

١ - حاول أن تنتـظم فى أداء رياضة بدنية ولـو المشى لمدة ساعـة يومـيًا

على الأقــل، وإن كــنــت تســـتطيــع الذهاب إلى أحـــد النوادى الرياضـــية، فلنقم بأداء رياضـــة أكثــر إنهاكـًا مثل الجــمنزيوم أو بناء الأجسام . .

٢ - استزد من نواحي علمية أخرى كـالانضمام إلى دورات للكمبيوتر أو لتعلم لغة جديدة مثلاً، فإن ذلــك سيشغل وقت الفراغ لك كما أنه سيغــنى سيرتك الذاتية حـيث سيسهل لك الالتـحاق بالعمل فـيما بعد، وبذلك تزيد من قـدراتك ومن مواهبك وتستـثمر وقتًـا ثمينًا كنت تضيعه فى رؤية أشياء سبق أن رأيتها مرات عديدة . .

اعلم يا صديقى أن هذا قـد يكون صعبًـا فى البداية مـثله مثل أى سلوك جديد يتـبعـه الإنسان، ولكن كلمـا مرّ الوقت، ســتجد إرادتـك تزداد صلابة وتصــبح فخــوراً بنفسـك كلمــا نظرت وراءك ووجدت أنك قطعت شــوطًا فى الإقــلاع عن عــادة كهــذه، وحـبــذا لو ســبقت كـل خطوة من هذه الخطوات باحتسابها فى سبيل الله، فتكون مأجوراً عليها فى الدنيا والآخرة بإذن الله.

لدى مشكلة تثير قلقى إلى أقـصى حد، وهى متكررة فى محيط بلدتى وعائلتى، فأنا من أسوان، وكما تعلمون أن عادة ختان الإناث منتشرة فى بلادنا لدرجة كبيرة، وأعرف أنكم عـرضتم لهذه المشكلة من قبل، ولكن الختان المتبع فى بلادنا هـو الختان الفـرعونى، وعلى ذلك فليلة الزفـاف بالنسبة للفـتاة تكون بمثابة حكم الإعدام المنتظر من كثرة ما يحكى عن رهابة آلام الجماع الأول فى مثل هذه الحـالة، وخلاصة الموضوع أن خطيـبتى تخاف من العلاقـة الجنسية بشكل مرعب، بل أنها عرضت على أن ننفصل بدلاً من أن تكرهنى بسبب هذا الاعتداء المنتظـر، هذا بالرغم من حبنا الشديد لبعـضنا البعض، فأرجو طمـأنتها على هذا الموضوع حيـث أننى لا أستطيع تصور الحياة بدونـها ولا أن تشاركنى أخرى فى حياتى الشخصية أو الجنسية.

أولاً: أود أن أشكر القـارئ الشاب على هذه الأسـئلة القيـمة التى تفـتح الباب لشرح مـا هو غائب عن علم البعض من أسـس علمـية لمسألة ختان الإناث.

ثانيًا: أنواع الختان تتدرج بين خفض واستئصال البظر إلى الختان الفرعونى المذكور فـى هذه الرسالة، وهو اسـتئـصال لجمـيع البظر والأشـفار الصغـيرة، وأحيانًا تصـغير لفتـحة المهبل بالخيـاطـة، وهـى عادة حبشـية قديمة قدم الـدهر، ولكنها على الجانب الآخر ليـست عاهة

مستديمــة تمــنع نهائيًا من الاستمتاع باللقــاء الجنسى، لأن كل عضو في أجســادنا، جعل الله له بدائل عدة وخطوط دفـاعية وتعويضــية كثيرة.

ثالثًــا: ما هى عــيوب خــتان الإناث؟ وكــيف أنها ليــست عاهة ولكنــها مرفوضة وبشدة؟ إن من عيوب ختان الإناث أنه يفقد المرأة حقها فى الإحســاس العضوى بالإثارة الجنســية وقصور ذلك على الإحــساس النفسي، وهى عادة مرفوضة وبشدة حيث أنه استئصال لعضو عامل فى جــسد المرأة وليس كــختــان الذكور (مــجرد استــئصــال لزائدة جلدية)، فهذه الأعــضاء المستأصلة هى الأنــسجة المتــصبة عند المرأة والتى يفيــد إحساسها بتــدفق الدماء فيهــا بالانتشاء والمتعــة الجنسية وسرعــة التفاعل مــع الرجل بالرغم من كونها الــطرف الــسالب فى العلاقــة الجنسية. أما بالنســبة للسيــدة المختتنة، فأقــول لها أنك لم تفــقدى يا ســيدتى القــدرة علي الاســتمــتاع حــيث أنه بالرغم من استــئصال هذه الأعضاء التى تحــتوى على هذه التكتلات العصــبية، فإن النهايات العصبية المسئولة عن ذات الإحساس موجودة فى قاعدة المنطقة المستــأصلة المتواجدة مماسة للبدن فى منطقة مــا حول المهبل، وتحــتاج لأسلوب مــعين من طريقــة المداعبــة للوصول إلي أفــضل النتائج، ويحــضرنى الآن أن أخبرك أنه فى خلال ممارســتى المهنية، ناظرت الكثيــر من حــالات السيــدات اللائى جــئن بشكوى عــدم الاستمتــاع وقد أرجعن ذلك للختان الذى تعــرضن له فى طفولتهن

ولكن مع اتباع بعض التعليمات بعد حضور جلسات قليلة، اختفت هذه المشكلة تمامًا وأصبح الاستمتاع كاملاً بمساعدة ومساندة أزواجهن.

رابعًا: يبقى أن أجيب على سؤالك المتعلق بالألم أثناء الجماع، إن هذا لا علاقة له بالجماع فالألم فى المرات الأولى للممارسة الزوجية سببه هو الانفراج الشديد لجلد منطقة العجان، ولكن إذا نجح الزوجان فى التدرج بالعلاقة، مع الأخذ فى الاعتبار أنه يجب اتباع بعض الاحتياطات مثل التطويل فى المداعبة، واستخدام الـ «جيل» المرطب، وعدم استعجال الأمر، ففى هذه الحالة يغلب إحساس الاستمتاع والرغبة عند المرأة على إحساس الألم.

وأخيراً أقول لك يا أيها الشاب العزيز، توكل على الله، وكن صبوراً مع زوجتك، وطمئنها من هذه الناحية، واهتم بمداعبتها وتجهيزها لأهم علاقة ستربط بينكما لأمد طويل هو عمر سعادة حياتكما الزوجية بإذن الله.. وأخيراً أدعو لكما بدعاء النبى ﷺ لكل عروسين فى مستهل زواجهما:

«بارك الله لكما، وبارك عليكما، وجمع بينكما فى خير»..

✉ أنا شاب عـمرى ٣٥ سنة متزوج منـذ حوالى ٨ أشهر من قـريبة لى تصـغرنى بحـوالى ٩ سنوات، ومشكلتى هى أنه لم تحـدث علاقـة جنسيـة كاملـة حتى الآن، ولقد حـاولت عمل كـل شيء لإتمامها ولـكن دون جدوى، ولقـد تابعت بابكم هذا تقـريبًـا منذ بداياته ووجدت أن المـشكلة تكررت على أشكال كثيرة، وكانت هى كلمات قرأت مشكلة مشابهة - حيث أنها هى أيضًا من متابعى باب «الأبواب المغلقة» - كانت تجعلنى أقـرأها لتعزيز موقفها بكون الحالة متكررة وشائعة بين الفتيـات، ولكنى لا أستطيع استيعاب ذلك وأؤمن أن كل هؤلاء الفتيات إنما يأخذهن دلال الفـتيات والخجل فى أول الأمر ثم يكملن المشوار بهذه الحجة، ودائمًا ما أكرر هذا لزوجتى وأقول لها أن هذا إنما هو ليس أكـثـر من دلع بنات، وأنه فى يدهـا أن تشـفى من كل هذا بصـدق إرادتهـا فى الإصلاح وليـس بالمعرفة والتـثقيـف وكل هذا الحديث الذى يدير عـقل هؤلاء الفتيات اللاتى يسقن الدلال، فأرجوك يا سيدتى أن توجهى كلمة لزوجتى تعزز كلامى لها، وألا تقـول لها أن الموضوع متكرر وأن هذه الحالة تحـدث رغمًا عن الفتيات وكل هذه المعلومات الخاطئة التى لا تنصلح بها الأحوال .. وشكراً..

✍ ✍ ✍

* يا سيدى.. عندى سؤال لك: لماذا تعطى لنفسك حق الحكم والفتوى عن أشيـاء ليست من عملك وليـست من تخصصـك فى شيء بل لا ناقة لك فيها ولا جمل لا من قريب ولا من بعيد؟! فأنت تطلب منى الآن قلب الحقائق وذكر أشياء كاذبة لإرضاء غرورك الواضح وللتـجنى على زوجتك الفتاة البريئة

التى حدث لها ما حــدث ويحدث وسيحدث للكثيرات والكثيــرات من الفتيات فى مــثل سنها وظروفــها، بل أنك تطلب منى أيــضًا أن أغيــر حقــائق علمــية وأكذّب معلومات قد كتبتها من قبل، وأن أخالف ضميرى المهنى بإخضاع حالة ذات هوية معروفة لى علم الجنس لأهوائك الشخصية بأن تدين زوجتك لسبب لا ذنب لها فيــه لتستشهد برأيى لتــعزيز رغبتك فى تحطيم أعصــاب هذه الفتاة البريئــة التى أذنبت فى حق نفسهــا أولاً بأن تزوجتك دون اكتشــاف هذه الميول المدمرة بداخلك، ولكــن لا يا سيدى؛ لن تجــد عندى ما تصبــو إليه من إبدال لحقائق علمية سيسألنى الله عن مصدرها ومصرفها، فهناك بالفعل ما يسمى فى الطب الجنسي بحالة التشنج العصبى اللاإرادى "Vaginismus" للمهبل وهى حالة تعانى منهــا بعض الفتيات فى أول الزواج بســبب الإفراط فى الخوف من إقامة علاقــة جنــية طالما سمعت عن أنها مؤلمة للغــاية، فارتبط ذلك فى ذهنها بوقت التنفيذ الذى إذا ما حان بالزواج، تغلبت رغــبات العقل الباطن فى عدم إتمام العلاقة على العقل الواعى، فتتشنج العضلات فى منطقة المهبل وما حولها وأعلى الأفخاذ، وتحول بذلك دون إتمام العــملية بأى شكل من الأشكال. . أما أنت يا سيدى، فصدقنى أن هناك مســالك أخرى يمكن أن تتخذها مع زوجتك مثل المودة والرحمة التى أمر الله بهما فضلاً عن حسن الفهم والاحتواء والحنان والإشعار بالتعاطف والتوحد، وتأكد أن تلك الأمور التى تؤرق نومك وترتكب الذنوب بســبب معاملتك السيئــة لزوجتك من أجلهــا، بل وتطلب إلى الناس الكذب بشأن شىء معلوم من أجل ذات الشىء، تأكــد أنها ستحل وتذهــب بلا رجعة ولكن حبــذا لو تزاوجت احتياجاتك الجنسيــة مع بعض العاطفة التى من شأنها أن تذيب الحجر وترقق القلوب. . هداك الله يا سيدى إلى سواء السبيل وأثناك عن السير فى هذا الطريق الذى لا يؤدى إلى خير ولا ينتهى إلى عمار.

✉ أولاً أبدأ بشكر الدكتورة على هذه الخدمة المتميزة وهذا التخصص الجرئ الذى تم فتحه بهذا الرقى وهذا العلم الغزير، أما عن نفسي فأنا مفتشة في التربية والتعليم وأبلغ من العمر ٥٦ سنة ولذلك كنت فخورة أن هناك امرأة مثلى اقتحمت مجالاً أقل ما يقال عنه أنه مجال شائك بكل شجاعة وأبلت فيه - وما زالت - بلاء حسنًا واكتسبت فى وقت قصير سمعة طيبة والتفاف قلوب الكثيرين، أما عن مشكلتى فهى زوجى الذى أحيل للمعاش منذ حوالى ١٠ أشهر بعد وصوله إلى وظيفة قيادية راقية، ومنذ ذلك الحين انقلبت حياتى إلى جحيم غير مسبوق، فأصبح يقضى يومه فى محاولة استكشاف عيوب البيت ما بين الطبخ والنظافة وأماكن الموبيليا، كما أصبح يتدخل فى اختيار ملابسى (وهو لم يفعل ذلك طوال حياتنا الزوجية التى استمرت ٣٣ سنة) بل ويمنعنى أحيانًا من الخروج من البيت بدافع «الغيرة» علىّ، وأصبح لا يطيق رؤيتى وأنا أتحدث إلى شخص فقط لأنه رجل حتى البواب وبائع الخبز، أما عن علاقتنا الحميمة فهى شبه منقطعة إلا من مرات قلائل نلتقى فيها تكاد لا تتعدى الثلاث مرات سنويًا، لقد احتملته فى أول الأمر وحاولت احتواءه فهمًا منى للمتغيرات التى تحدث على المستوى النفسى فى هذه المرحلة العمرية، ولكن فاض بى الكيل وقاربت على اليأس من انصلاح الأحوال، فقررت الاسترشاد برأيكم فى هذا الأمر.. ولكم منى كل الحب والتقدير...

✍ ✍ ✍

* سيدتى الفاضلة:

لقد لمست بنفسك فى سياق كلامك لب المشكلة، فقد عرضت أن زوجك كان قد وصل إلى وظيفة قيادية راقية، أى أنه كان يتمتع بشكل وكمّ معينين من الجاه والسلطة، مما يجعله مؤثراً بل متحكمًا فى الكثير من الأمور والكثير من البشر، وفجأة، وبالخروج إلى المعاش، يزول كل هذا الجاه وهذا السلطان، ولكنه يظل كسلوك تستسيغه النفس، ويرضى الغرور الذى يصعب على الذى تعود عليه أن يسلاه، فلا يجد أمامه آنذاك إلا زوجته وأولاده، وبالأكثر الزوجة لأن الأولاد غالبًا ما يكونون قد تزوجوا أو أصبحوا مستقلين عن آبائهم وإن كانوا ما يزالون يعيشون داخل البيت، فتبقى بعد ذلك الزوجة المغلوبة على أمرها التى تتحمل زوجها كما حدث معك يا سيدتى إلى أن يفيض بها الكيل، ولكن يا سيدتى أنا أريدك أن تتعاملى مع الموقف بشكل آخر، وهو أن تشجعى زوجك على إيجاد ما يشغله نهاراً وإن كان الذهاب إلى أحد النوادى وممارسة الرياضة الخفيفة وتكوين صداقات مع آخرين ذوى ظروف متشابهة أو إيجاد عمل يناسب خبراته ووظيفته السابقة، أما الحل المتوازى مع هذا غير موجود فهو الاهتمام والانشغال فى العمل، فإذا لم يكن هناك مانع صحىّ، فلتستأنفا حياتكما الجنسية بمعدل أكبر كثيراً عن هذا الذى يحدث حاليًا بالفعل، أما إذا كان هناك مانع صحى فلتستشيرا طبيبًا متخصصًا لعمل الفحوص اللازمة لتشخيص ما إذا كان السبب عضوى أم نفسى ووصف العلاج على هذا الأساس، أما إذا استقام معدل الممارسة وبدأ زوجك فى استثمار وقته بشكل مناسب لقدراته وخبراته، فتأكدى أنه حينذاك ستكون الصحوة من هذه الكبوة قريبة بإذن الله، ولكن بعض الصبر والحب والاحتواء ستكون ذات تأثيرات سحرية فى إصلاح الأحوال إن شاء الله، وبالله التوفيق.

✉ أنا زوجة شـبه عـذراء، بالرغم من كونى أمًـا لطفلين، وقد يثـير هذا التـساؤل أو الاتهـام بالكذب من ناحـيتى كـمـا أظن، حيث يتنافى وجـود أطفال لى مع كـونى عذراء، ولكن أقسم بالله أن هذه هى الحقـيقة، أما تفـاصيل القصة فهى أننى مـنذ بدء زواجى، ومثل كل الفتيات المحافظات فى مـجتمعنا، لم أكن أعـرف أى شىء عن الجنـس أو عن طبـيـعـة العـلاقـة، أو حـتى مكان الاتصال الجنسى، أى لم أكن أعلم شيئًا أصـلاً عن الأعضاء التناسلية لا للرجل - بالطبع - ولا لـلمـرأة حـيث أننى لم أنظر إلى نفـسـى قط بسبب تحـذيرات والدتى المسـتمـرة من ارتكاب هذه الفـعلة الشنعـاء والتى تضـعنى فى مصـاف الخـاطئات من وجـهة نظر والدتى ونسـاء العـائلة. فتـربى عندى ذلك الشعـور المتأصل من العار من هذا المكان الذى ارتبط الحديث عنه بالازدراء والاشمئزاز، والتعرف عليه بقلة الأدب وانعدام الخلق، وتجاهله بالعفة والطهر وسمو النفس. فتـرسخ هذا المبدأ فـى نفسى، فـأصبحت أكـره هذا المكان، واسـتمر مـعى هذا الإحساس طوال طفولتى ومراهقتى حتى حان موعد زواجى، وواجهت الحقيقة التى كنت أهرب منـها طوال الوقـت، وبدأ زوجى يطالب بحـقـوقه الزوجـيـة فانهـرت باكية وأحسـسـت أننى على وشك فقدان عفـافى وأخلاقى التى ظلت أسرتى تغـرسها فىّ طوال سنين عـمرى، فصدم زوجى بـرد فعلى العنيف هذا، وبالطبع انتـهت ليلة الزفاف كمـا بدأت، بل أسوأ كثـيراً بسـبب الحالة النفسـية السيئـة لزوجى الذى استـدار واسـتـسلم للنوم حـتى دون كلمـة يقولهـا لى.. واستـمر الحال هكذا لمدة الأسـابيع الأولى لزواجنا، حتى بدأ حـيائى من زوجى

يزول شـيئًا فـشيـئًا ولكن أقـصى تطور لهـذه الحالـة كـان القـبول بالعـلاقـة الجنســيـة الخارجـيـة، وللدهشـة فقـد حملت فى أبنائى الاثنين بهـذه الطريقة، حـتى أننى لم أكـن أصدق حـملى فى أول الأمـر، وأخـبـرت طبيـبـتى بسـبب دهشـتى فـأخبـرتنى بإمكانيـة حـدوث ذلك، أما الآن وقـد مـر على زواجى ٧ سنوات وما زلت عذراء، حيث أننى ولدت ولدىّ بعمليـتين قيصريتين، فقد بدأ زوجى يتذمر من الطريقـة التى نقيم بها علاقتنا، بالـرغـم أننى أجد هذه الطريقة مـرضيـة جـداً لى، فـهى تفى بالواجب المنوط بى أداؤه، وفـى نفس الوقت تفى باحتيـاجات زوجى فى أن يصرّف شهـوته ويرضى رغباته الجنسيـة، ويحقق له كيانه كـزوج يتمتع بعـلاقة حميمـة مع زوجته.. أما الآن فـأنا بين نارين، فلا أنا أريد أن أغامر بسـعادتى وبهدوء حياتي، ولا أنا أريد أن أتعـامل مع هذه المنطقة من جسـدى بهذا الاعتـراف وهذا العمق، كمـا أننى أشعر أننى لو اسـتسلمت لهذه العلاقة، كمـا يريدها زوجى سأشمئز من العلاقة ومنه هو شـخصيًا.. فهل من سبـيل لإقناعه بـالاكتفـاء بما نحن عليه الآن من حـال، وهو كمـا قلت يفى بالغرض ؟!...

✍ ✍ ✍

* الأخت الفاضلة لا تتـحدى الفطرة يا سيدتى العزيـزة، فقد فطرنا الله على طبائع واحـتياجات، وخلق أيضـًا لها ما يشبـعها وسخـر لهذه الأغراض السبل الطيبــة الحلال، والأخرى الخبيـثة الحرام والعياذ بالله، ومن أكـثر السبل حلالاً وأحبهـا للنفس هو الزواج الذى هو الطريق لاستيفاء الاحـتياج الغريزى

الجنسى لبنى آدم، فهذه الغريزة الجنسية هى مطلب فطرى وهى من الغرائز الأساسية مثل الجوع والعطش، وعلى ذلك فهى لا تكف عن الإلحاح بحدث ذلك بعد البلوغ، وخاصة عند الرجال الذين تزيد عندهم الرغبة الجنسية كثيراً كثيراً عنها عند النساء، ولذلك بدأت حديثى لك بأنك بهذه الطريقة تخالفين الفطرة وتتحدين الغريزة، وهى قضية قطعًا خاسرة، حيث أن الطريقة التى اتبعتموها للقيام بعلاقتكما الحميمة هى تحايل على العلاقة الأساسية التى سنّها الله، وقامتْ على أساسها الغريزة البشرية منذ بدء الخليقة وقام بأدائها كل الجنس الآدمى بداية من آدم عليه السلام وحتى هذا اليوم، وإنه لمن السذاجة يا سيدتى العزيزة أن تعتقدى أن هذا الأمر كان سيظل مرضيًا لزوجك أبد الدهر، فالمدهش فى الموضوع حقًا هو أنه ظل راضيًا عن هذا الوضع طوال السنوات السبع الماضية، وليس هذه الصحوة التى هى نداء الطبيعة والتى كان لابد لها أن تخرج من القمقم التى وضعتماهما فيه، والذى ربما كان يلح على زوجك طوال الوقت أن ينفتح لتستقيم الأمور، ولكنى متأكدة أنه هو الذى كان يثبط منه إما خوفًا على شعورك أو أملاً فى أن تنصلح الأمور من ناحيتك بمرور الوقت. . ولكن هذا للأسف لم يحدث. . أما عن الحل العملى لما أنت عليه من حال الآن، فهو ليس كما طلبت منى أن أجد لك حلاً لكى تظل الأمور كما هى، ولكن العكس هو الصحيح، فسأطلب إليك اللجوء إلى العلاج النفسى لإزالة هذه المشاعر السلبية فى نفسك تجاه هذا الجزء من جسدك، وأيضًا اللجوء للعلاج الجنسى إذا لم تستقم الأمور بعد ذلك سعيًا لإتمام العلاقة

الجنسية الطبيعية بسلاسة وسهولة دون آلام أو مشاكل قد تزيد الطين بلة وتصير الأمور إلى الأعقد والأصعب وعسى ذلك ألا يحدث أبدًا - فتوقفى مع نفسك فى مواجهـة صريحة يا سيدتى وواجـهى واقع الأمور، ولقد أعجبنى تفـسيرك لحالتك وتحليلك لها، وهذا سـيسهل عليك التعامل معهـا والتغلب عليها بإذن الله، حيث أن أولى خطوات العلاج لمثل هذه الحالات هى الاعتراف أن شيئًا ما لا يسيـر بشكل صحيح، ولكن الخطوة الـتالية لابد أن تكون التـعامل مع هذا الشيء بحزم وصـرامة وإن كان فى ذلك بعض الصعـوبة، في أول الأمر والتى تزول تدريجيًا مع التقـدم والاستمار فى العلاج، ومع شـحن الإرادة باستمرار ناحية التغلب على هذه الحالة التى تشوب صفاء حياتك وتعطل مسيرة سعادتك مع زوجك والهـدوء النفسـى لأسرتك. فـتوكلى عـلى الله يا سيـدتى وابدئى مشوار الـتغلب على مشكلتك واستـعينى بالصبر والصـلاة، والدعاء والإرادة، وسيكون الله بجانبك دومًا بإذن الله.

✉ عندى سـؤال قصيـر وصريح.. أنا زوجـة منذ اثنى عشـرة سنة، ولم أصل إلى النـشـوة أبداً طوال حيـاتى الزوجيـة، ولكـن هذه ليـست شكواى، فأنا استمتع مع زوجى بالرغم من ذلك ولا أشعر بأن شيئًا ما ينقصنى، فهل أنا غير طبيعية، أو مصابة بمرض ما ؟! علمًا بأننى متفاعلة مع زوجى طوال الوقت فى العلاقة ولكن دون الوصول للشبق.

✍ ✍ ✍

* يا سيـدتى، أنت كاملة الصـحة والعـافية والحـمد لله وفضـله، فمن المعروف أن الدورة الجنسية للأنثى تحتمل ثلاثة أشكال، أما الوصول للشبق بعد المداعبة الخارجية، أو الوصول للشـبق بعد الجماع الكامل الداخلى، أو التفاعل والاستـمتاع دون الوصول لـلشبق كثيـرًا، أو أبدًا، ويمكن للأنثى أن تكون من النوع الذى يستمتع بالاحتـمال الأول، أو الثانى، أو الثالث، أو اثنين منها، أو الثلاثة مجتمعة، وفى كل الأحوال هى أنثى كاملة طالما لا تشكو، وهذه الجزئية هى الفيصل فى هذا الشىء برمته. . فاستمتعى بحياتك كما هى يا سيدتى طالما أنت تشـعرين بالإشـبـاع النفسى والجنسى، وطالمـا أنت راضيـة عن علاقـتك بزوجك كمـا هى، فهذا هو غـاية المراد من رب العبـاد الذى أدعوه لك بدوام السعادة والرضا .

أنا يا سيـدتى شاب فى الثـامنة والعشـرين من العمـر نشأت فى عائلة عادية متوسطة، ولـكن يعلم الله أننى أبدًا ما تمنيت ما ليس عندى وإن كان عند غيـرى بشكل واضح وفائض.. أقول لذلك لأننى أتعـجب من الحال الذى أصبحت عليها الآن، فقد أكـرمنى الله بزوجة طيبة هى قريبة لى وتزوجنا زواجًا تقليـديًا بحـتًـا دون عاطفـة مـسـبقـة، وبعـد الزواج أفـاضت علىّ من حنانهـا واهتمامها، وقد ظهر أنهـا إنسانة مدبرة وحسنة التصرف، وفى نفس الوقت هى إنسانة كـريمة لا تقصر مع ضيـوفها ويظهـر بيتها دائمًـا فى أبهى صوره، ولكن المشكلة أننى لم أشعر بها كزوجة أو حبـيبة، ولكننى أشعر أنها لى مثل أمى التى تهتم بى وبحاجياتى ومأكلى ومشربى وملبـسى، حتى فى أكثر لحظاتنا حميمية، هى تكون خجولة جـدًا حتى أنها تشترط إطفاء جـميع الأنوار فنعيش فى ظلام دامس حتى تنتهى هذه العـملية وكأنه جرم نريد إخفاءه، وبالطبع فـهناك تبعات أو تفـاصيل لهـذه الحالة مثـل أنها تخـجل مثـلاً من أن تنظر لى نظرات طويلة، وحين دعـوتها لذلك قـالت أنهـا لم تعتـد النظر إلى الرجـال لفتـرة طويلة لأنه «عـيب» وهى لا تلبس الملابس المكشـوفـة أو الصـريحة فـى البيت مـثل سـائر العرائس بالرغم من وجـود هذه الملابس فى جهازها، وحين سـألتها قـالت أنها محتـمشة ولا تستطيـع أن تلبس ما يورى معظم جسـدها حتى لو فى المنزل لأن هذا غيـر مريح بالنسبة لهـا، وأشياء أخرى كـثيرة من هذا القبـيل... علمًا بأننا متـزوجين منذ حوالـى ٩ شهور، ولكـن يؤرقنى بضعـة أشيـاء؛ فمثـلاً أننى لم أستـطع أن أحبـها حب الرجـال للمرأة حـتى الآن، وأيضًا أننى لا أرغـبهـا فى

الفراش إلا على أوقات متباعدة فقط من بـاب إفراغ الشهوة وليس للاستمتاع، والأدهى من ذلك كله أنـنى بدأت أنظر لزوجـات الرجـال الآخـرين وأتمنى أن تكون لى مثل إحداهن، خـاصة حين أرى زوجين يميلان على بعضهـما البعض أو يتهـامسـان ويضحكان أو تميل زوجـة على زوجهـا أو تمسك يده فـى مكان عام .. أو .. أو .. إذ أن كـل هذه الأشياء فـى قاموسـها من قـبيل العيـب وهى تخجل من أن تقـوم بهذه الأفعال «الغـريبة» التى تفعلها الأخـريات.. وفى آخر مناقشة بيننا احـتدت عليها فاتهمـتنى أننى جاحد وغير مقـدر لنعمة الله عليّ أن حبانى بزوجة ترعى الله مثلها فيّ وفى بيتى وفى مالى وفوق كل ذلك هى زوجة شريفة عفيـفة تتمتع بالحياء الذى تفتقـده الأخريات.. وسؤالى هو، ماذا أفعل؟ هل أنفصـل عنـها وأسرحـها بالمعروف ؟! إن هذا هو الهـاجس الذى يلح عليّ الآن، ولكن هناك اعـتبـارات كـثيرة تمنعنى من هذه الخطوة المصـيريـة أهمهـا الاعتبارات العائلية .. أرجوكم أنقذونى.

✍ ✍ ✍

* يا سيــدى. . إن زوجتك هى ضـحية بريئـة أخرى وليـست آخرة من ضحايا الجهل الجنسى، هذا الغول الذى يرتدى رداء الحـياء وعباءة الخجل وكل هذه الصفات الحميدة منه براء، وللأسف يا سيدى فات أوان وضع إصبع بعينه على الحلقـة الخاطئـة فى سلسلة الجهل الجـنسى، فقـد طالت السلسلة وطالت حتى اختفت بمعالمها الرئيسـية وبقى لنا فقط المعاناة من نتاجها والذى يخلط بين الحيـاء المحمود والمذموم والخـجل الجميل والقـبيح، ولكنى يا سيـدى أراك قد يئست بســرعة، فهناك الكثير من الـزوجات اللاتى يعانين من أحوال مـشابهة ولكن يقل ذلك ويذوب مع الزمن، ولكـنى أعتـقد أنك تفـتقر لـسعة الـصدر

والتروى بالرغم من كونهـما سلاحك فى المرحلة القادمـة، ولكن أقصر الطرق لحـقـوقك التى تريدها منهـا يا سـيـدتى هو الحـوار الحنون الهـادئ معـهـا، والاستشهاد بالسنة الشريفـة وسيرة السلف الصالح، وهناك من المؤلفات الدينية الكثيـر الذى يفيـد فى هذه الأمور، فـلا يوجد ما هو أعلى من خـلق الرسول ﷺ وأقرانه، ولا يـوجد أكرم لنا من الـتأسّى بهم وبأفـعالهم وبأعمـالهم، وخاصة فى بيوتهم ومع زوجاتهم، هذه الأفـعال التى تستنكرها زوجتك، فإن اطمأنت أنها تتفق مع الفطرة الإنسانية، وأنها ليست عيبًا ولا حرامًا طالما داخل إطار العلاقة الزوجـية، وأن كل الزوجة على الزوج حلال والعـكس صحيح، وأنه من المكرمة لهـا أن تتكشف أمام زوجها وتلبس له مـا يلذ للرجال أن يروه من النـساء، وأن تمتعـه فى الفراش حق متعـته، وأن تعلم تمام العلم أن هذا من حسن التبعل الذى وصفه رسـول الله ﷺ بكونه جهاد النساء فى سبيل الله، كل ذلك سيكون باعثا لها على تجاوز أحاسيـسها الخاطئة التى تسميها هى خطأ بالخجل والحياء، وسـيساعدها أيضًا على فهم الغرض الحـقيقى والأساسى من الزواج حق فهمه، وهو التحصن والتعفف تجاه المثيرات الخارجية، هذا التحصن الذى لم تستطع أنت يا سيدى التزود به فى مواجهـة مثيرات الغرائز، العاطفية منها والجنسية، ولتـصارحها يا سيدتى بضعفك النفـسى هذا أمام تلك المثيرات بعد أخذ وعد منهـا بألا تغضب منك بل أن تحمد لك إقبالك على مصـارحتها بذلك بغية استمرار الحياة بينكمـا على خير ما يرام، وأدعو الله أن يهديكما إلى الطريق الصحيح الذى يرضى به عنكم وترضونه به، كمـا أرجو أن تـستفيد من هذه الرسـالة الزوجـات الأخـريـات اللائى يحـذون حـذو زوجـتك. . والله المستعان. .

✉ أنا شاب مصرى نشأت وعشت حياتى كلها فى أوروبا، لم يكن أهلى للأسف يعلمـون شيئًـا عن دينهم وبالتالى أنا لم أنشـأ على دين ولا على خلق الإسلام، ولكنى كـنت شغوفًا بـذلك حين كبرت، ولكنى وجـدت نفسى غير مختن، أى أن أهلى لم يجروا لى عملية الختان فى صـغرى، حيث أن البلد الأوروبيـة التى نعيش فـيهـا، لا تجرى فيـها هذه العـملية بشـكل كبيـر، وبما أن والداى لا يعلمون ما هى السنن ولا الواجبات الدينيـة، فهم أيضًا يجهلون كون ختان الذكور سنة مؤكدة تكاد تصل لحد الوجـوب وهذا هو ما عرفته مؤخرًا لما بدأت الالتـزام الدينى والقـراءات الدينيـة.. وسـؤالى هو أننى إذا أجـريت هذه العمليـة الآن علمًا بأن عمـرى اثنان وثلاثون سنة، فهل سيؤثر ذلك فى قدرتى الجنسية بعد ذلك؟؟ وهل هناك خطورة من إجـرائها بشكل عام أى من الناحية الصـحيـة أو بشكل خـاص أى من الناحـية الشكلية أو المـوضوعـيـة للعضـو الذكرى؟

✍ ✍ ✍

* أريد أن أخبـر القراء أولاً أن هذه الرسالة وردت باللغـة الإنجليزية مع اعتذار المرسل لعدم إتقانه للغة العربية ولكنه يعمل على ذلك، فهو يعرف كيف يقرأها ولكن لا يكتبها بعد، ولذلك هـو يقرأ بابنا ويود الاستفادة منه. أما عن إجابة رسالتك يا سيدى فدعنى أولاً أنحنى لك إعزازًا واحترامًا وتقديرًا، فإنك تنحت فى الصخر بحرصك على اتباع سبل دينك، فلـك دعواتنا جميعًا حيث

نتضرع إلى الله أن يوفقك ويثبتك ويزيدك من العلم وينفعك وينفع بك.. آمين يا رب العالمين..

أما بخصوص أسئلتك يا سيدى، فــلا ضرر إطلاقًا من إجراء هذه العملية الآن، ولكن عليك بالطبع أن تتخيـر الجراح الماهر الذى هو أهل لهذه الأمانة، ولعله من الأفضل أن تأتى إلى مصــر لإجرائها أو على الأقل فى إحدى الدول الإسلامية حيث تجد الجراحين المتـمرسين على هذه الجراحة، وحيث تقوى الله والأخذ بالأسـباب.. ولكن عمـومًا فقـد بدأت الدول الغربيـة فى إجراء هذه العملية بشكل شبـه روتينى حيث تبينت لهم أهميتها الصحـية والتى سبق إليها ديننا الحنيف منذ أربعة عشـر قرنًا ويزيد.. فاستخر الله يا سـيدى وتوكل عليه وأجر العملية ومعك دعواتنا جميعًا بالصلاح والفلاح .

أنا سيـدة عمرى ٢٦ سنة، تعـرفت على زوجى لفترة وجـيزة لا تكاد تتعدى الثلاثة أشهر ثم تم زواجنا لأنه كان مـضطراً للسفر لأستراليا حيث يعيش، وقـد مكثت فى مصر فى انتـظار انتهاء الأوراق اللازمـة التى انتهت فى نحو شهـرين ثم سافرت له ليتم زواجنا فعليًـا هناك بعد أن اكتفينا بعـقد القران فى القاهرة للانتهاء من الإجراءات، وما إن وصلت إلى بيت زوجى حتى بدأت حياتى تزداد صعوبة يومًـا بعد يوم، فأما العلاقة الحميمـة فقد تصورت أنها أقل صعـوبة مما وجدتها عليـه، وأما الحيـاة فى غربة بين أناس يختـلفون عنا فى كل شىء فهذا بالرغم من صعوبته فهو أقل وطأة حيث نتعود على ذلك شيئًا فشيئًا، وأما عن معـاشرة إنسان لا أعرف عنه شيئًـا إلا القليل فكان هو الأصعب، وقد تجســدت المشكلة فـى أننى كنت أخـجل أن أطلـب منـه أى شىء، فـإن كنا فى «السوبر ماركت» فأشتهى شيـئًا لا تمتد يده هو إليه، أخجل أن أطلبه، وإن كنت أريد شراء شيئًا من الملابس، أخجل طلب النقود منه، وإن كنت أحتاج شيئًا من الاهتمام أو الاسـتمتاع أثناء العـلاقة الحميـمة فهذه هى الطامة الـكبرى، فأنا لا أجرؤ أبدًا على مفاتحته فى أشياء كهذه، وكمـا هو الحال فى أول فترات الزواج كنت أشعر ببعض الألم فكنت لا أستطيع التفاعل مع زوجى فى العلاقة بشكل كامل، وكنت أحس بتراجعه عن العلاقة شيـئًا فشيئًا حتى أصبح لا يطلبنى إلى فراشـه إلا حوالى مـرة كل شهـر، وقد صـادفتـه مرة وهو يشـاهد بعض المواقع الإباحـية عـلى الإنترنت ويمارس الـعادة الســرية، فكانت هذه هى القـشـة التى قصـمت ظهر البعـير، وتوقف احتمالى عند هذا الحد فواجهـته، فما كان منه إلا

أن قال أن هـذا هو حال كل الرجـال، وأنه لا يقصـد شيـئًا بهـذا الفعل ولكنـها مجرد تسليـة وتمضية للوقت، وتساءل هل هكذا أحـسن أم إقامة علاقـة جنسية خـارج الزواج أحسن وهذا شيء شـائع فى هذه البـلاد !! فلم أجـد ما أقـول، ولكنى ظللت أتساءل بدورى لماذا يفعل ذلك وأنا فى الغرفة المجاورة ؛ وبالرغـم من تحسن الحـال معى عمـا قبل وأصبـحت لا أنفر ولا أتراجع من العلاقـة مثل أول الأمر ؟! لقـد سمعتك مـرة يا سيدتى تقـولين على إحدى الفضـائيات أنه ليس من الصواب أن نقص مما يجـرى فى حياتنا الخاصة مع الآخـرين، فأخذت هذه النصيحـة وعملت بها بالرغم من تواصلى مع والدتى باسـتمرار عن طريق التليفون وبالرغم من تـكوينى لبعض الصداقات العربيـة فى المهجر. إنى أحس أن الطريق مغلق أمامى فماذا تشيرين علىّ بفعله يا سيدتى ؟!

* يا فتاتى.. أو يا سيدتى الصـغيرة.. إن الحل واضح وسهل، ولكنك لا ترينه بسبـب قلة خبرتك وافـتقارك للنصح بسـبب غربتك وعـدم توافر من تلجأين إليه، بالرغم من وجود متخصـصين فى الاستشارات الزوجية والجنسـية بكثرة فى استـراليا، ولكنك ربما لم تقض مدة طويلة تسمـح لك بالتقصى عن هذه الأشياء، يا عزيزتى ، عليك دعـوة زوجك لحوار صريح وطويل للتحدث عن هذه الأشياء، حيث أنـه من الواضح أنه الآخر يفتقر لأبسط قواعـد الثقافة الزوجية وأنه غير ملمّ إلمامًا كبيرًا بالثقافات العربية التى يمنع حياء الفتاة فيها من المكاشفة فيما يختص بهذه الأشـياء، وأن مجرد فتح هذا الحوار ولو مع زوجَها

يعتبر ضربًا من ضروب الإباحيــة وعدم العفاف، ولذلك فكلاكما على خطأ يا فتاتى، أنت لأن الحوار فى هذه الأشـياء يخلو من كل شىء مشين طالما هو بين الزوجين ولم يخرج عنهما، حيث ليس لأحدهمـا مصدر آخر ولا مصرف آخر للوظيفة والشهـوة الجنسيتين، أما بالنسبة لزوجك، فـإنى أوجه له الكلمة قائلة له: يا سيدى، إن هذا هو حـال الغالبية العظمى من الفتيـات فى أوائل فترات الزواج، فهنّ يمـارسن وظائف جديدة عليـهن، تستـوجب تغيرات شـاملة فى أجسـادهن من الناحيـتين العضوية والنفسية، وأيضًا تستلزم تغـيرات من الناحية الحسية حيث ولادة أحاسيس لم تكن موجودة من قبل خاصة فى ربات الصون والعفاف وهن بنات البيـوتات والملتزمات أخلاقيًا ودينيًا، كـما أن مشاهدة هذا العرى وهذه الإباحـية تتخطى كـثيرًا كـونها تسلية وتمضـية لوقت لطيف، إلى كونها من الكبائر التى لا يرضاها الله فـهى مشاهدة لعورات أناس أجانب عنك لا يحل لك رؤيتـها حـتى الرجال منـهم، كمـا أن الحكم الدينى معـروف فى ممارسة العادة السـرية بعد الزواج، وهنا يا سيدى لا يجب المفـاضلة بين ما هو سيئ وما هو سليم وصحيح، ولتفادى أخذ المتغـيرات كمرجعيات للمقارنة بأى حال نريـد الحكم عليه، وضع لنا الله قـوانينه الثابتـة فى القرآن والسنة النـبوية العطرة، وهذه هى الأشيـاء التى يجب أن نقارن بهـا أى من الحالات التى نريد لها أحكامًا ثابتة للفصل بين شخصين مختلفين فيها، فهذه الأحكام هى الثوابت الوحيدة فى الحيـاة، أما المكان والزمان والأعراف والمعتقدات فـهذه هى الأشياء الخاضعة للتـغير المستمر، وعلى ذلك فلا تصلح أن تكون مـرجعًا، فاتق الله يا صديقى وأقبل على زوجتك واستـمع لها، واصبر عليها، بل علمـها ما تتمناه

أنت من فنون الممارسة الحسية، فلا يوجد مكان للعيب أو الخحل بينكما الآن، واستغل يا سيدى كـون ساحتها بيضاء فى هذه الناحيـة، وحاول تشكيل قالبها الجنسى حسب ما يمتعك ويناسبك، وستجـد خيراً كثيراً إن شاء الله يغنيك عن هذه المشاهدات وعن بقية الموبقات ويحقق لك العفاف.. أغناك الله بحلاله عن حرامه وأثابك بإقلاعك عما يغضبه.

أنا فتاة مقبلة على الزواج، عمرى ٢٤ سنة وقد داومت على ممارسة العادة السرية لمدة الست سنوات الأخيرة، وقد سمعت من صديقاتى المتزوجات أنها مفيدة حين تمارس بعد الزوج لأنها تساعد على جلب الشهوة حيث يخفق الزوج أحيانًا فى ذلك، فتكون هذه العادة مساعدة فى الاستمتاع والمشاركة مع الزوج فى العلاقة .. فهل هذا صحيح؟! وإن لم يكن فما هى المعلومة الصحيحة فى هذا الصدد؟

* يا فتاتى إن صديقاتك يظلمن أنفسهن وأزواجهن كثيراً حيث يحرمن أنفسهن متعة المشاركة فى هذه العلاقة الحميمة، والتى يكمن الاستمتاع فيها فى التبادل العاطفي للمتعة فى المقام الأول، أما ممارسة العادة السرية لمدة طويلة قبل الزواج، فهو يسبب تشكيل القلب الجنسى للفتاة بحيث يستمتع بالشق الوظيفى فقط فى العلاقة دون توأمة الشق الحسّى له والذى هو لب الاستمتاع الإنسانى، فيحدث عكس ما تزعم صديقاتك، وتفقدين بهذه الطريقة القدرة على التفاعل مع زوجك حسّيا أساسًا، حيث أنك المتحكم الوحيد فى الرغبة والاستجابة لها فى حالة العادة السرية، أما فى العلاقة الزوجية الصحيحة السليمة، فيكون التحكم مشتركًا بينكما وتكون هناك مشاركة حسية جسدية بالنسبة للطرفين، وأعكس المسألة يا فتاتى، فهل عساك ترضين أن يمارس زوجك العادة السرية ولو بحجة استجلاب شهوته تجاهك - قرئى الرسالة السابقة - وإنى أؤكد لك أنه بمثابة إهانة لأى طرف أن تكون هذه هى طريقة استجلاب الطرف الآخر لشهوته تجاهه.

أنا رجل جاوزت الأربعين من عـمـرى بقـليل، وكنت فى أول سنوات زواجى منذ حوالى ١٤ سنـة مقلاً فى علاقـتى الحسيـة بزوجتى بالرغم من توافر الرغبة لدى، ولكن كان والدى دائمًا ينصحنى ألا أعودها على المعدل العالى فى الممارسة بحيث إذا أصابنى مكروه أو حتى وعكة صحية لن تقبل هى بذلك إذا ما تعودت على معدل ممارسـة مرتفع، وأيضًا نصحنى أننى إذا غلبتنى شهوتى حال ذلك أن أمارس العادة السـرية إذ لم يكن قد فات على آخر علاقة جسديـة لى بها الكـثيـر، وقـد حدد لـى معـدلاً قـال لى عنه أنه الأفـضل على الإطلاق لضمان شـوقها لى وفرحهـا بالعلاقة، وهذا المعدل هو مـرة كل أسبوع إلى عـشـرة أيام، وقـد أطعت والدى فى هذه المسـألة بالرغم من غلبـة الرغـبـة والشهوة علىّ فى هذه السن التى تمتلئ بالعنفوان والقوة الجنسية، وسار بنا الحال على هذا المنوال، ورضت زوجتى بالأمـر الواقع بحكم حيائها وخـجلها من أن تتحدث فى هذه الأشياء، ولكنى كنت ألمح تلـك النظرة الحزينة فى عينيها والتى ازدادت عمقًـا مع مرور السنين المتلاحـقة، وقد حملت زوجـتى بعد سنتين من الزواج بالرغم من كونها سليـمة عضويًا بشهادة لاأطباء الذيـن لجأنا لهم لمعرفة سبب تأخر الحمل، والذين أخبـرونا أن تأخر الحمل هو بسبب عدم الانتظام فى العلاقة الحميمة، وحين أخبرت والدى بذلك حذرنى من أن أصدق هذا الكلام «الفارغ» وأوهمنى أنه ربما اتفقت زوجتى مع الطبـيـة أن تقول ذلك لإثنائى عن المعدل «المضبوط» للممارسة، وأنه لابد أن فيها عيبًا إذ أنه شخصيًا كان يتبع هذا المعدل وقد أنجبنى أنا وأخـوتى الثلاثة، فكيف ذلك إذن؟! فأنجبت ابنتى الأولى

ثم ابنتي الثانيـة بعدها بحوالى ٤ سنوات بالرغم من عـدم استعمـالنا أية وسيلة لمنع الحمل، واستمر الحال على هذه الصورة التى ازدادت قتامة مع الزمن حتى أصبحت زوجتى لا تبتسم حتى فى وجهى ولا تتحدث معى إلا للضرورة وتوقفت تمامًا عن النظر فى عينى بل كانت تحدثنى وهى ناظرة لأى شىء آخر، وانشغلت بالبنتين، واستأذنتنى فى منع الحمل باستخدام إحدى الوسائل، فوافقتها، وقد تطورت علاقتنا إلى حالة من الجمود والبرود، وحين كنت أدعوها للفراش لم ترفض أبدًا، ولكنها أصبحت تقوم بهذه العملية بطريقة ميكانيكية بحتة، عبارة عن خطوات تكاد تكون مكتوبة ومحفوظة، مما أفقدنى حماسى لهذه العلاقة بالرغم من توافر الرغبة لدى، أما الآن فقد توفى والدى منذ حوالى سنة، ومن الغريب فى الأمر أننى أحسست برغبة تلقائية فى تحسين علاقتى الجنسية بزوجتى وكأنما انتهت الرقابة التى كانت تقيدنى وتمنعنى عن ذلك، ولكن هيهات أن تستجيب لى أو تتفاعل معى زوجتى، حتى أحسست أن قدرتى وكفاءتى الجنسية قد بدأت تقل ولم أعد أثق فى نفسى من حيث قوة الانتصاب، وأداوم على أنّ أحدث نفسى أن هذا العيب هو الذى يمنع زوجتى عنى، فماذا أفعل كى أتأكد من حسن كفاءتى الجنسية ؟! وكيف أصلح ما بينى وبين زوجتى وأجعله على صورة جيدة ترضينا سويًا؟ فأنا أحب زوجتى حقًا وأحرص عليها ولكنى - بناء على نصيحة والدى رحمه الله - لم أصارحها بحبى لها أبدًا، أم هل عساى أتزوج من أخرى كما نصحنى أخى الأكبر «لتجديد الماعون» على حد تعبيره ؟! أفيدينى يا سيدتى أكرمك الله، فإنى أحسّ أننى فى مفترق طرق وأكره أن أغضب الله .

* يا سيــدى. . رحم الله والدك وغفر له فرط الظلم الذى وقــعه عليك وعلى زوجــتك المسكينة، فقــد حرّم والدك - غــفر الله له - مــا أحله الله لك ولزوجتك من متعة غير مشروطة لا بموعد ولا بمعدل ولا بمكان، فقد خالف - غفر الله له - قول الله تعــالى فى سورة البقرة. . . ﴿فأتوا حرثكم أنى شئتم﴾ وهذه الكلمات الربانية إنما تكفل الحرية المطلقة فى اختيار مكان وتوقيت وكيفية الممارسة الحمــيمة بين الزوجين طالما تجنبت المحرمات فيها، وقــد قصر الرسول ﷺ المحرمات فى الجــماع على أمرين أثناء الحيض والإتيــان من دبر، أما ما دون ذلك مما لم ينزل فيه نص فهو حلال كما هو الحال فى سائر قواعد الشريعة الإسلامية الســمحة، والشىء الآخر الذى يصعب استيعــابه هو هذا الاستسلام الشــديد لرغبــات والدك مهــما تعارضــت مع رغباتــك الشخــصية ونزعــاتك الإنســانية، بل غــرائزك التى فطرك الله عليــهــا والتى يســر لك طريقًا حــلالاً لإشباعــها، وقد أوقعت من جــراء هذه الطاعة المذمومة ظلمًــا بينا على إنســانة ليس لها ذنب فى الحياة إلا كونها اتخــذتك زوجًا، ورضيت بما وقع عليها من قهر مــا أنزل الله به من سلطان، وإنى أزعم أنك أيضًا شخــصية اعتــمادية، لا تستطيع أن تستغنى عن أحد تركن إليه فى اتخاذ قراراتك وحتى المصيرية منها، وقد حمل الراية فى هذا الصدد شقيقك الأكــبر من بعد والدك - سامحهما الله - وبدأ هو الآخر فى ممارسة نوع آخر من التــعذيب على زوجتك المــكينة التى منعك والدك - غفــر الله له - من كلمة حب تقــولها أنت لهــا كانت ستــهون عليها الكثير والكثيــر، والآن فإنك أنت الملام يا سيدى ولا خلاف على ذلك، فأفق من غفلتك هذه ولا تطع المخلوق فى معصية الخالق، وإنه لذنب عضال يا

سيدى ما تحمله أمام الله إن لم تتوقف سريعًا، فهذه العلاقة بالذات لا تملك لها المرأة مصــرفًا آخر إلا زوجهــا، فإن حرمهــا منها فقــد أخل بأهم وأول شروط الزواج وهو الاستعفاف والاستحصان ضد الموبقات والفتن، وإنى لأشفق عليك يا سيدى مــن هذه المسئولية التى ســتقابل بها رب العــرش العظيم يوم العرض العظيم، أما عنك فمصرفك الوحيد الحلال فى هذا الصدد هو زوجتك بصفتك من المحصنين بالزواج، أما نصــيحة والدك لك - غفر الله له - بممــارسة العادة السرية بدلاً من إتيان زوجتك حال إلحاح شهوتك عليك، فهو يتعارض مع كل المبادئ الإنسانية المعــروفة من خلق ودين وعرف، فتوقف فوراً عــما أنت فيه يا سيدى وادع لوالدك بالرحمة والمغــفرة وصارح زوجتك بكل شىء واطلب منها أن تسامــحك لما بدر منك فى حقــها، وأن تحاول أن تســامح والدك وتطلب له الرحمة عمــا بدر منه فى حقكما معًا لعله يكون جهــلاً منه وأن يتجاوز له الله عن سيــئاته، وحاور زوجتك كــثيراً وحاورها حــوارات طويلة وشاملة عن أى شىء وعن كل شىء وأغرقــها بالكلام العاطفى وأخــبرها بحبك لهــا، وحاولا سويًا تعويض ما فاتكما فى علاقتكما الحميمة، واصبر عليها إن لم تستجب فى أول الأمر، فمــا أفسدته السنوات لا ينصلح بهــذه السهولة ولا بهذه الســرعة، واعتبــر صبرك عليها هو الكفــارة عن كم الظلم الذى تعرضت له هذه المسكينة طوال أجمل سنوات عــمرها، وفــرحة العروس بزواجــها والتى انطفــأت بهذه القوانين الجائرة الــتى سنها والدك ونفذتها أنت، وإنى أؤكــد لك يا سيدى أنك ستستعيد كفاءتك الجنسيــة وستستوى الأمور تمامًا بإذن الله، إذا ما عادت المودة والرحمة التى أمرنا الله أن توجدا لتظللان الحياة الزوجية، ومن الســهل أن تتأكد

من كفاءتك الجنسية بالتوجه إلى أحد أطباء أمراض الذكورة لإجراء هذا النوع من الفحوص.. أما عن شقيقك فإياك أن تسمع لنصحه فتوقع مزيداً من الظلك وكفاك سماعًا لنصح الآخرين، فلا أحد يشعر بشعورك ولا أحد يقدر على تقدير أمورك وبالذات الزوجية منها عداك أنت بمشاركة زوجتك التى هى بالفعل شريكة فى العلاقة بنسبة مساوية لنسبتك.. وفقك الله يا سيدى إلى الرجوع إلى سواء السبيل وغفر لوالدك الرحل وقدّر شقيقك على فعل الخير.

أنا شاب أبلغ من العمر ٣٢ سنة، متزوج منذ ٧ سنوات ولدى طفلان، وزوجتى عمرها ٢٨ سنة وأحبها كثيراً وأحمد الله عليها كثيراً من حسن خلقها وصفاتها، أما الشىء الوحيد الذى يشوب علاقتنا هى أنه لم تحدث حتى الآن علاقة زوجية تامة مع زوجتى من حيث الإيلاج الكامل، فهى غير قادرة على احتمال هذا الشىء كما تقول، وتتصور أنه لا يوجد مشكلة فى استكمال حياتنا بهذا الشكل، وأنه يبدو أن هذه المسألة هى مسألة قدرات شخصية تختلف فيها النساء بعضهن عن بعض، وحين حاولت أن أنفى لها ذلك قالت أنه لا يمكن أن تعلم تفاصيل ما يجرى وراء الأبواب المغلقة من حيث شكل العلاقة وعما إذا كانت تتم كاملة فى كل الأحوال أو مثل حالنا فى بعض منها، واستشهدت بكون الناس يجهلون ما بيننا، ونبدو أمام الجميع كزوجين طبيعيين تمامًا ولدينا طفلان وكل شىء على ما يرام، ثم تتساءل لماذا أشكو وأنشد المزيد بالرغم من وصولى إلى بغيتى منها فى جميع الأحوال !! وأنها هى التى من المفترض أن تكون متضررة من ذلك، وهى ليس كذلك.. إذن.. فلا مشكلة !! وهكذا يبدأ الحديث بيننا وينتهى إلى أن الحال سيبقى على ما هو عليه وأنه لا يجب على أن أشكو، وحين أتفكر فى حديثها أجده ليس بعيداً عن المنطق، ولكنى لا أزال أشكو من أن شيئًا ما ينقص فى حياتنا الحميمة معًا، صحيح أننى أصل لقمة متعتى فى جميع الأحوال، ولكنى أيضًا أنشد مشاركتها لى فى هذه المتعة، فسيكون لهذا فى نفسى أثر عظيم كما أتصور، وحين فاتحتها فى ذات الموضوع آخر مرة، أجابت على بأنها قد عرضت وجهة

نظرها من قبل، ولكن أيـضًا يحزنها أننـى أشعر بنقص ما، وهذا يـصيبهـا بعدم الارتياح، وهى متابعة جيدة جدًا لبابكم منذ بداياته تقريبًا، وقد ارتضينا الالتجاء لحكمكم يا سيدتى مع تعهدها بتنفيذ ما سـتجيبين به علينا.. فها نحن يا سيدتى قد عرضنا ما لدينا وننتظر ما عندك..

✍ ✍ ✍

* سيدتى وسيدى العزيزين . .

أكثـر ما أعجـبنى فى رسالتك هو هذا الحوار الـقائم بينكما فى مـوضوع علاقتكما الحميمة، وهذا الحوار المفـتقد فى الكثير من البيوت بالرغم من وجود شكوى شبه دائمة من هذه العلاقة، وأيضًا إثارة الموضـوع بهذا التحضر وسماع الرأى والرأى الآخر والرغبة الشديدة فى حل هذه المشكلة، وأنا أسميها مشكلة لأنها بالفـعل مشكلة وخاصـة بالنسبة لك يا سـيدى بالرغم من عدم معـرفتك بسـبب شكواك حيث أنك كـما عـرضت تصل إلى ذروة مـتعـتك فى جمـيع الأحوال، ولكن اسمح لى هنا وقبل ترك هذه النقطة أن أخبرك بسبب شكواك، فالسـبب يا سيدى هو أن الغـريزة الجنسية عند الإنسـان تزيد عن كونها مـجرد غريزة وظيفية إلى كونها غريزة عاطفية وظيفية، وعلى ذلك يجب ألا نغفل دور التفاعل والمشاركة من الطرف الآخر والتى تضفى اللمسة العاطفية والحسية على الموضوع، وهذا شىء تنشده الفطرة وإن جـهله الإنسان، وهذا هو سر تطلعك الدائم لمشاركة زوجتك لك هذا الاستمتـاع وعدم اكتفائك بما أنت فيه الآن من حالة إشباع وظيفى بحت، أما بالنسـبة لزوجتك فالأمر يختلف بعض الشىء، فالفتاة العفيـفة المصون لم تتعلم كيفية التقاط الأحاسـيس الجنسية قبل زواجها،

وبعد زواجها، ولكى تفعل ذلك تحتاج أن يوجهها أحد ويرشدها لهذا الغرض، فإن لم يحدث ذلك إمـا لعدم علمها أو لعدم علم زوجـها بهذا الشيء - وهذا هو الحال بالنسبة لكما على ما أعتقد - فهنا تبدأ المشكلة وتحدث تمامًا الأحداث كما حدثت لكما، فهى لا تعلم حقها فى الاستمتاع، ولا تعلم حقك أنت فى مشاركـتها لك هذه المتعة، وأنت لا تعلم أن هذه الفطرة وسـتظل تلح عليكما حتى تشـبعانها، ولكنى أرى أن المشكـلة الرئيسية هى فى سـبب الحالة، وهى درجة من درجات التشنج العصبى المهبلى اللاإرادى، والذى سبق أن أشرنا إليه أكثـر من مرة فى هذا الباب، ولكن ربما كـان يبدو لك يا سيـدتى أن الحالة لا تخصك حيث أنكما تقيمان علاقة ولكنها غير كاملة، أما الأخريات فقد فشلت أسـاسًا فى إتمـام أى درجة من درجـات العـلاقـة، ولكن ربما تكون هذه هى الفرصـة السـانحـة والتى أشكركما علـيها لتـوضيح أن هذه الحالة تـنقسم إلى درجات، وطالما لم يحدث الإيلاج الكامل وبالتالى الإشـباع الكامل فى العلاقة الزوجية ولو من الناحـية النفسية، فهناك درجـة من درجات هذه الحالة، وعلى ذلك فإنى أنصح زوجتك بالعلاج الجنسى الخـاص بهذه الحالة وإن كان العلاج سيستغـرق وقتًا أقل بإذن الله لأن درجة الحالة عندك يا سيدتى ليـست متقدمة، فضلاً عن أننى أود لكما معًا أن تخضعا لبعـض الجلسات التثقيفية الجنـسية لكل منكما أن يعرف حقوقه وحقوق الآخر وكيفية فنون الإمتاع والاستمتاع الجنسـين والتى تخضع للقوالب الجنسـية الثابتة والمتغيـرة، وكيفية التعرف عليـها بطريقة تجعل اللقاء الزوجى متـعة للطرفين بحيث ينشدانها ويصبوان إليـها. . وفقكما الله لما يحب ويرضى وأكمل سعادتكما بإذنه تعالى.

✉ أنا أكتب إليكم من اليمن، وثقافتنا فى المواضيع المتعلقة بالثقافة الجنسية تكاد تكون منعدمة ونحن معشر الرجال نحاول اكتساب المعلومات قبل الزواج من المجلات أو الكتب التى يأتى بها من سافر إلى الخارج، ولكننا فى النهاية نشعر أنها معلومات منقوصة ومبتورة وبعد الزواج، تتم العلاقة بشكل غريزى بحت يخلو إلا من المتعة الوظيفية التى لا تختلف عن تلك التى كنا نشعر بها قبل الزواج حال ممارسة العادة السرية، أما عن نسائنا، فهى مشكلة أكبر لأن الاهتمام بتعليم الفتاة لا يزال غير جائز على المكانة الكافية، فما بالنا الثقافة الجنسية!!

فهلا أرشدتنى يا سيدتى عن مصادر موثوق بها أقرأ فيها ما يساعدنى على أن أحيا حياة جنسية موفقة أقى بها نفسى شر الوقوع فى المعاصى ؟!!

✍ ✍ ✍

* سيدى ليست الصورة بهذه القتامة، فلقد زارنى الكثير من الأخوة اليمنيين فى عيادتى على مدى السنوات الماضية، كما دعيت إلى إعطاء إحدى الدورات التدريبية الخاصة بالثقافة الجنسية فى اليمن مؤخراً، أى أن الاتجاه الاجتماعى العام بدأ يتنبه لأهمية هذه العلاقة الحميمة، أما عن القراءات التى أرشحها لك، فأهمها على ما أعتقد الكتب الدينية التى اهتمت بتجميع ما جاء فى القرآن الكريم والسنة النبوية العطرة بخصوص هذه العلاقة المحببة لله تعالى

والتى رضى عنها وأثنى عليها وجـوّدها رسوله ﷺ ، وإنى أرشح لك كتاب «تحفة العروس» وكتاب «تحرير المرأة فى عصر الرسالة - الجزء السادس - فضلاً عن بعض فـصول الكتــاب الشهيـر: «رياض الصالحين»، وفـوق هذا وذاك يا سيدى عليك التحدث إلى زوجتك فى أمور علاقـتكما الحميمة بكل مكاشفة، وعليك أن تطمئنهـا إلى أنك ترتاح أكثر وترضى عنـها إذا شاركتك هى المتـعة وتفاعلت معك بصفتها شريكتك الوحيدة فى هذه العلاقة المتفردة، وصدقنى يا سيدى، أعتقد بشدة أنها سترضى بل ستقبل عليك لأن المرأة اليمنية تسعى إلى رضاء زوجها وتعتبر ذلك هو طريقها إلى الجنة.

✉ أنا شاب فى الثامنة والعشرين من عمرى، مقبل على الزواج فى خلال الأشهر القليلة القادمة بإذن الله - مارست العادة السرية على مدى العشر سنوات الماضية وربما أكثر، ولكن دون إسراف أو إدمان، أما ما يقلقنى الآن فهو أننى لاحظت فى نفسى أن القذف بدأ يسرع عما قبل، حتى وصل الآن إلى أسوأ حالاته، فأصبح الانتصاب لا يكاد يكتمل حتى يحدث القذف، وبدأت حالتى النفسية تسوء بشكل ملحوظ نظراً لاقتراب موعد زفافى، وأنا مثل أى شاب يريد أن يبلى بلاء حسنًا حال زواجه، كما أريد أن أسعد زوجتى وأكون الكافى لها من حيث إمتاعها، ولكن إذا استمرت حالتى على هذا النحو، فإنى أشك فى ذلك، وهذا ما يتملك من فكرى الآن مما يجعلنى أحاول تأجيل موعد الزفاف، ولكن إلى متى ؟! وقد حاولت البحث فى الإنترنت عن طريقة ماستر وجونسون التى كنت أشرت إليها من قبل فى أحد أحاديثك يا سيدتى، ولكنى لم أفهم تفاصيلها، فقد كانت مكتوبة بطريقة طبية مما يصعب على فهم دقائقها، فماذا أفعل فى هذه الحالة وهذا الهم الذى يتملك منى والذى يؤثر على فى سائر ظروف حياتى ؟! إن أهلى وأصدقائى وزملائى فى العمل يظنون أننى متوتر بسبب مسئوليات التجهيز والزواج والأعباء المالية.. ولا يعلمون أن الموضوع أعمق وأهم من ذلك.. فهلا أوضحت لى يا سيدتى طريقة ماستر وجونسون هذه إذا كانت تناسب حالتى ؟!

✍ ✍ ✍

* أيها الشاب العزيز. .

أولاً: ألف مبروك مقدمًـا لزواجك السعيد بإذن الله، وإنى أؤكد لك أنك سوف تكون قادرًا على إسعـاد زوجتك وكفايتها بمشيئـة الله، فلا تبتئس هكذا ولا تجعل هذه الحالة النفـسية السيئة تتـملك منك وتؤثر عليك لدرجة ملاحظة الناس لذلك، وأنت الشاب المقبل على الزواج والحيـاة الجديدة، والذى يفترض بك أن تكون أسعـد الناس، وأن تكون منطلقًا فرحًـا، وليس العكس أبدًا، أما ما تشكو منه فهـو العرض المعروف بـ «سرعة القـذف»، وأقول «عرض» وليس «مـرض» لأنه بالفعل عـرض وفى الغـالبيـة العظمى من الحـالات، يخلو من الأسباب المرضية، وأنت من هذه الحالات بإذن الله، حيث أن سبب ظهور هذه الحالة وكما شخصت أنت نفـسك بنفسك هو المداومة على ممارسة العادة السرية لمدة طويلة وصلت لعشر سنوات أو يزيد، ومن المعروف أن الشاب الذى يمارس العادة السرية يشـعر باستمرار أنه ليس فى أمان وأنه مهـدد بأن يطرق أحد عليه الباب لأنه يشعر أنه يفعل شيئًا غيـر مشروع، وهذا الشعور يكون دومًا مختلطًا بشعور الخوف من أن يفتضح أمره، فيحدث ما يـسمى بالبرمجة للجهاز العصبى على أن تصبح الدورة الجنسية أقصر من طبيـعتها وينتج عن ذلك سرعة القذف كنتيجة طبيعية لقصر الدورة الجنسـية، ولكن مع الممارسة الجنسية الزوجية، قد يختفى هذا العرض من تلقاء نفسه، وهنا تصبح الأمور طبيعية وتسير فى طريق الأمان، وفى بعض الحالات يستمـر هذا العرض ويمتد لما بعد الزواج وفى هذه الحالة يحتاج الشاب لبعض جلسات العلاج الجنسى وتكون غالبًا طريقة أو تقنية ماستر وجونسون هى العلاج الفـعل، أما عن تفاصيلها، فلا يمكن سردها هنا،

ولكن الغـرض منهـا وطريقـة عـملهـا هى عن طريق زيادة التـوافق العـضلى العصبى، وإعـادة برمجة الجهاز العـصبى على الشاكلة الطبيعـية، وزيادة قدرة الشخص نفـسه على التـحكم فى توقيت حـدوث القذف. فتـوكل على الله يا صديقى واستبشر خيراً وأقبل على زوجتك ولتجعل الأمور تسير بصورة طبيعية ولتمتعها وتستمتع بها فهو حلال الله وقد يكون فيه الشفاء التلقائى بإذن الله.. وأخيراً فانفض عنك يا سيدى هذه الحالة النفسـية السيئة ولتتجه إلى الله بالدعاء المخلص أن يتم عليك سعادته وتوفيقه لكما فى حياتكما بإذنه تعالى.

أنا يا سيدتى فتاة فى الرابعـة والعشرين من عمرى كنت أمارس العادة السـرية ثم توقفت عنهـا حيث سـمعت أنهـا يمكن أن تفقدنـى عذريتى، سمعت هذه المعلومة من إحـدى الفتيات الصديقات، ومن يومـها وأنا تقريبًا لا أنام، إلى أن قرأت رسالة ذات مرة مشابهة فى بابكم وأنكرت فيها كون العذرية تصاب بسوء طالما كانت الممـارسة للعادة السرية لا تتعدى الممارسـة الخارجية، وهى نفس حـالتى، ولكن انتابنى الوسـاوس حول حـالة غشائـى إلى أن قرأت أيضًا فى بابكم أنه لا توجـد طريق للتأكد من حالة غـشاء البكارة إلا عن طريق الفـحص عند أحد الأطبـاء المتـخصـصين فى أمراض الـنساء، وذهبت بالفـعل لطبيبـة فى الحى الذى أسكن فيه وفحـصتنى وطمأنتنى أننى سليمـة وأن الغشاء على حـاله ولم يمس علـى الإطلاق، ولكن نفـسـى لم تهـدأ حـتى بعـد هذا الفحص، وأصبحت أتصـور أن الطبيـبة أخبـرتنى بذلك لمجرد إراحـتى نفسـيًا بعدما بـدا لها قلقى الشديد، ولكن قد لا تكون هذه هى الحـقيقة الفـعلية، ومن يومـهـا ورأسى لا يخلو مـن الهـواجس وتنتـابنى الكوابيـس أثناء نومى وأظل أتخيل زوج المستقبل وقد اكتشف إصابة الغشاء عندى، فيقيم الدنيا فوق رأسى ولا يقعدها ويتهمنى فى شـرفى وأنا أبكى بين يديه وأقسم له بأننى بكر وشريفة وعفيـفة وهو لا يصدق، فـأنفجر فى البكاء بعد زوال هذه الهـواجس، وأخشـى من أن تحدث بالـفعل ، لقد اخـتفت الابتـسامـة من على شفتـى من جراء ذلك وفقـدت القدرة على الفـرح وعلى التواصل مع الآخـرين، وأنظر إلى الفتـيات حولى وأشعـر أننى أنقص عنهن الكثير بل الأهم، وهو عذريتى، وأعـود فأقول

لنفسى أننى تأكدت من ذلك، ثم أفكر فى الذهاب لطبيبة أخرى، فأرجع لنفسى وأجدنى سوف أشك فيها من جديد.. فما الحل إذن ؟!

أفيدينى يا سيدتى أفادك الله؟

* يا فتاتى العزيزة. . .

حمداً لله أن تخلصت من ممارسة العادة السرية، فأيا كان السبب الذى جعلك تقلعين عنها فهو سبب قد أنعم به الله عليك وأراد بك خيراً، أما عن الحالة الأخرى التى تشكين منها الآن، وهى الشك المرضى فى نفسك وفى الآخرين وفى صدق ما يقولون، حتى فى الطبيبة النسائية التى فحصتك، فما مصلحتها فى أن تكذب عليك وتخبرك بشىء ليس فيك؟!

أعتقد يا آنستى أنك تحتاجين لطبيب أو طبيبة متخصصين فى الطب النفسى حيث أننى أرى أن ما تصفين من أعراض قد يكون ينم عن الاكتئاب أو الوسواس القهرى أو كليهما، ولا أحد أقدر فى الإفتاء فى هذا الأمر أكثر من الطب النفسى، أما عن إمكانية خدش العذرية بممارسة العادة السرية للفتيات، فهو ليس العيب الوحيد لهذه العادة، ولكن هناك شىء لا يقل أهمية وهو سوء تشكيل قالبك الجنسى والذى من المستحسن أن يظل غير مشكل حتى الزواج، ولكن فى حالة الإسراف فى العادة السرية وإدمانها، يكون الأمر أصعب بعد الزواج، فلا يكون تشكيلاً للقالب الجنسى ولكن إحلالاً وإستبدالاً لما هو موجود بما هو جديد. . وفقك الله يا آنسى لاختيار طبيب نفسى ترتاحين إليه وهداك إلى حسن التصرف وكتب لك الشفاء إن شاء الله.

✉ أنا امرأة فى السابعة والأربعين من عمرى وأنا الزوجة الثانية بالنسبة لزوجى، وعلمت أن سبب انفصال زوجى عن زوجته الأولى هو عدم الإنجاب، وهو السبب فى ذلك، وقد تقبلت زوجى بالرغم من علمى بعدم إمكانية أن أكون أمًا أبدًا، ولكن بسبب انشغالى الشديد بعملى وبطبيعته التى تستهلك الكثير من وقتى، وأيضًا بسبب أننى كنت قد تأخرت فى الزواج من حيث السن، فلم يكن لدى مانع أن أكمل حياتى بدون أمومة، وقد شجعنى على ذلك حسن خلق زوجى وحنانه ورقته التى قلما نجد عليها رجل، مضى على هذا الزواج الآن حوالى ١٣ سنة؛ وبالطبع وبسبب المرحلة العمرية التى أمر بها الآن فقد بدأت أزهد علاقتى معه وأفقد رغبتى ناحيته، ولكنه لا يستطيع استيعاب هذه التغيرات التى لا دخل لى فيها، ولا يعرف هذه المعلومات البدائية التى يعرفها الجميع، وهى أن المرأة حول هذا العمر تفقد رغبتها الحسية ويكون من الطبيعى أن يتفهم زوجها ذلك فيقلل المرات التى يطلبها فيها لإجابة رغبته حتى تتوقف هذه العلاقة تدريجيًا ويكتفى الزوجان عند مرحلة عمرية معينة بما قد توافر بينهما من الود والتراحم اللذان يكملان بهما حياتهما سويًا، وقد تأكدت من هذه الحقائق حين سألت والدتى واستعنت بخبرتها فى هذا المجال، وقد حاولت مصارحته بهذا الأمر، ولكن لم أؤت الشجاعة الكافية، ونحن الآن كثيرو الاصطدام ببعضنا البعض بسبب تباين رغباتنا فى هذا الصدد، فماذا أفعل كى أقوى على مصارحته أو لكى يتفهم هو هذه الحقائق العلمية التى يبدو أنه لم يسمع عنها ؟!

✍ ✍ ✍

* يا سيدتى العزيزة . .

من أين أتيت بأن مــا تقــولين . . أو بالأحرى مــا تزعــمين هو حقـيقــة علمية؟! هل هذا المصدر فقط هو مرجعيتك لوالدتك؟

أم هل هى قراءات لك من مــصادر ما أنزل الله بــها من سلطان؟! أم هى موروثات ثقافية خاطئة أم مــاذا؟! يا سيدتى العزيزة، لا علاقة أبدًا بين المرحلة السنية عند المرأة ورغبتها الجنسية، فكل ما يتوقف عند المرأة عند ما يـسمى بـسن اليـأس هو فقط القـدرة على الإنجاب وهذه رحــمة من الله لهـذه السيــدة التى وصلت لسن هى ليــست قــادرة على الاستمــرار بنفس طاقتهــا الجسمــانية التى تحتــمل هذا الجـهد الرهيب اللازم لرعــاية الرضع والأطفال، أمــا عن الرغــبة الجنــسية فــالمسئول عنها هو هرمون التــستوستيــرون والذى تفرزه فى المقام الأول الغدة الجاركلوية، والتى لا تصل إلى سن اليأس، فضــلاً عن أن الرغبة الجنـسية عند المرأة بشكل عام تغلب عليها العاطفة فى المقام الأول، والتى تشكل حوالى ٧٠ - ٨٠٪ من العلاقة الحمــيمة، وبما أن زوجك يتمتع بهذه الصفــات الرقيقة وهذا الفيض من الحنان، فإن رغبتك أيضًا ستبقى متواجدة بل ستبقى كبيرة إلى ما شــاء الله، ولكن بشــرط ألا تثبطهــا أنت بهذه الأفكار المغلوطة، حــيث أن الجهاز العــصبى هو المصدر لكل شىء فى الجسم، ولكن إذا غلبــت فكرة معينة مثبــطة للرغبة الجنســية، فإن الأخيرة تكاد تخــتفى لكونها إحســاس هش قابل للهدم والاختفــاء السريعين أمام المثبطات الحسية، مــثل الأحــاس بالألم، عدم التركــيز أثناء الممــارسة، أو كــما هو الحــال فى هذا الظرف: الاعتــقاد الراسخ

بانعدام الرغبـة، فكل هذه عوائق يجب إزاحتها حتى نصل إلى المـتعة الحلال، وهى الهبة الربانية للبنى آدم وذرياتهم، تلك المتعة المجانية التى لا تضاهيها متعة ولا ينافسهـا إحساس آخر، فأفـيقى من غفلتك يا سيـدتى وانفضى عنك هذه المعـتقـدات الخاطئـة، وأقبلى على زوجك، ولا تـربطى بين مرحلتك السـنيـة وقدرتك على الاستمتاع والممارسة الزوجيـة الحميمة، فالعكس هو الصحيح لما تظنين، وزوجك هو الذى يعـرف حـقـيقـة الأمـور وليس أنت بكل أسف..

وفقك الله وكتب لكما السعادة الدائمة بإذنه تعالى.

سيدتى..

أنا شاب فى السادسة والثلاثين من عمرى، تزوجت منذ ثلاث سنوات ممن خفق لها قلبى من فتيات العائلة وقد بارك الجميع هذه الزيجة والحمد لله، ولكن صادفتنا المشكلة التى قـرأت عنها أكثر من مرة فى بابكـم، وهى مشكلة التشنج العصبى المهبلى اللاإرادى لدى زوجتى مما منعنا من إكـمال العلاقة الزوجية فى الفترة الأولى من زواجنا، وفكرنا فى اللجـوء إلى العلاج، ولـم نعرف لمن نلجأ، وطرقنا باب الطب النفـسى، وأمراض النسـاء والتـوليد فى البلد الأوروبى الذى نعيش فيه، وقد وجهونا إلى الطب الجنسى، حيث لم يكن لدينا فكرة عن وجود هذا التخـصص، ولكن قبل اللجـوء للعلاج وأثناء إجراء الـعلاج، ونظراً لطول المدة التى استـغرقهـا التنقل من تخصص لآخر، ومـحاولاتنا البينيـة لإنجاز هذا الموضوع وحـدنا، وفشلنا المستـمر فى ذلك، فقـد بدأت أشكو أنا من عرض لم يكن موجوداً من قبل وهو عدم القدرة على الاحتـفاظ بالانتصاب، وفقدانه بعد وقت قليل من حـدوثه، وقبل أن يكتمل أو حـتى فى بعض الأحيـان لا يحدث الانتصـاب أصلاً، والآن، فإن عـلاج زوجتى من حالـتها أوشك على الانتـهاء، وإنى أموت رعبًا حين أفكر أنها سوف تصبح إنسانة طبيعية فى القريب العاجل وسأكون أنا العاجز المقصر غيـر القادر على إنجاز هذا الأمر، وإنى حقًا أتعجب لأمرى، واتساءل ماذا عساه يكون قد حدث؟! وهل من أمل فى استعادة قدرتى الطبيعية وكفاءتى فى الأداء؟! وكيف يكون ذلك؟ أرجو الإسراع فى الإجابة ، فأنا معذب والوقت يمر..

* هون عليك يا سيدى، فإن القدرة الجنسية هى استجابة الجسد للرغبة التى تصدر من الجهاز العصبى نتيجة الإستثارة، أما ما حدث لك فهو توقف الاستثارة نظرًا لتكرار التجارب الفاشلة، والتى سببت تثبيط الرغبة على المستوى المركزى، مما سبب عدم استجابة الأعضاء، وهذا بديهى، فلا يمكن أن ينقطع التيار الكهربائى عن الحى وتستطيع إنارة منزلك التابع لنفس الحى حيث أن مصدر التيار أصلا لا يعمل، أما الآن، فإنى أطمئنك يا سيدى، بل أؤكد لك أنك ستستعيد قدرتك بكل سهولة إن شاء الله بعد علاج زوجتك، إما بشكل تلقائى أو بالاحتياج لبعض الجلسات العلاجية لك أيضًا، والتى لا تتخطى ثلاث أو أربع جلسات علاج جنسى، وإن كنت أشك أنك سوف تحتاج لهذا إذا ما عادت زوجتك لحالتها الطبيعية وأطلقت عنان أحاسيسك لاستقبال المثيرات دون التفكير فى عدم كفاءتك أو عدم قدرتك، فكل هذه أعراض عابرة ويجب أن تعتبرها غير موجودة أصلاً؛ ولا تشعر زوجتك أنك تشكو من أى شىء غير طبيعى وأيضًا لا تحملها مسئولية ما أنت فيه كما يحدث أحيانًا، فلن يربح أحد من جراء تصرف كهذا، بل سيخسر الجميع كما أنك ستدخل فى حلقة مفرغة من الاتهامات والإسقاطات مما يسبب أحيانًا كثيرة شرخًا فى العلاقة وهذا لا تحمد عقباه.. وقاكم الله شر الشروخ وبارك لكما وعليكما وجمع بينكما فى خير.

✉ أنا أزعم أننى زوج مثالى، فأنا تربيت على يد امرأة من أحد البيوتات العريقة وهى أمى، وعلى يد رجل عسكرى كان له شأن كبير وقتذاك وهو أبى، ولم يكن أبى ينادى أمى إلا بـ «يا هانم»، وكانت هى تناديه «يا باشا» فأعجبتنى تلك الحياة المليئة بالاحترام المتبادل والتى خلت تمامًا من أى صوت عال على الأقل فى حضرتنا - نحن الأولاد وقد كنا أربعة ذكور وكنت أنا الثالث فى الترتيب، وبالرغم من المشاكل التى تنشب بين الإخوة الذكور والصراعات واللعب العنيف، فلا أتذكر أن والدتى رفعت صوتها على أحدنا مرة، لقد آثرت بداية رسالتى بهذه المقدمة حتى أوصل فكرة أننى غير قادر أصلاً على التعامل بعصبية أو بعنف مع أى أحد، ولذلك فحين تزوجت منذ حوالى ثلاثين سنة - وكان عمرى وقتها ٢٥ سنة - كنت أتعجب، بل أصدم أحيانًا من طريقة معاملة زوجتى مع العاملين فى البيت، ومن طبقات صوتها التى قد تصل إلى مراحل عليا لم تتعود أذنى على سماعها داخل جدران منزل، أما المشكلة التى أكتب إليكم بخصوصها، فهى أننى ومنذ ذلك الحين أجد صعوبة شديدة فى استحضار شهوتى الحسية ناحية زوجتى، وخاصة أن الله لم يقدر لنا أن ننجب، وعلى ذلك فلا يوجد سوانا داخل جدران منزلنا، وقد تحولت حياتنا إلى - مجرد حياة - وأيام تمر وراء أيام لأن ما زال فى العمر بقية، ولكن رغبتى الجنسية بشكل عام عالية ومتأججة، فما قادنى ذات مرة للانسياق وراء علاقة محرمة أحمد الله أن أفقت منها سريعًا وكل ذلك بسبب طبيعتى الرومانسية الهادئة والتى هى عكس طبيعة زوجتى العملية والعصبية أحيانًا كثيرة، وكثيراً ما

يتساءل البعض: لماذا لم أنفصل عنها أو على الأقل أتزوج بأخرى، فأعود وأقول أننى وبصراحة فكرت فى ذلك وأعنى الطلاق ولكن والدتى فى ذاك الوقت نهتنى عن ذلك وقالت لى أن الطلاق هو بمثابة حكم إعدام على الزوجة وأن زوجتك لم تؤت ذاك الفعل الإجرائى الذى تستحق عنه هذا الحكم القاسى، ونصحتنى أن أحاول معها مرات أخرى وألا أيأس منها بهذه السهولة، أما عن الزواج مرة أخرى فإنى أعتقد أن طبيعة الإنسان هى التى تسمح أولاً تسمح بأن يكون له زوجتان، وأعتقد بل إنى متأكد أننى لست من هؤلاء الرجال الذين يتمتعون بهذه القدرة، فانتفت الفكرة من أصلها، وقد حاولت كثيراً مع زوجتى أن تغير من طبيعتها وأن تهدئ من انفعالاتها، ولكن فى كل محاولاتى للحوار معها كانت تبدأ برفع صوتها بمجرد توجيه اللوم لها أو إشعارها بأنها مخطئة، فينتهى اللقاء من حيث بدأ وهلم جرا... أما فى كل شيء آخر، فزوجتى إنسانة رائعة وهى تتمتع بمكانة رفيعة عند كل من يعرفها وعند أهلى بشكل خاص، وقد أوصتنى والدتى رحمها الله بها خيراً قبل وفاتها، وهذه الوصية ما زالت تطوقنى، ولكن.. هل من حل ؟! فهى معادلة صعبة جداً: رغبة جنسية متأججة، وطريق حلال شبه مسدود.. وطرق حرام عديدة ومفتوحة على مصراعيها.. وقوى تكاد تخور...

✍ ✍ ✍

* يا سيدى. . اسمح لى أن أحييك على أخلاقياتك النادرة الوجود فى هذه الأيام، وأن أدعو لوالدتك الكريمة بالرحمة، وأن يجعل الله ما بذلت من

مجهود فى تربية أربعة رجال على هذه الشاكلة فى ميزان حسناتها، وأيضًا تلك الحكمة الفطرية التى تعـاملت بها، ومراعاتهـا لامرأة ليسـت ابنتهـا وليسـت من دمهـا، وحفاظًا عليـها ووصيـتها لك، كل ذلـك نادر الوجود فى هذه الأيام، وأرجو أن تقـرأ أمهات هذه الأيـام تلك الدروس الرائعة وتتفكر فـيهـا وتتعلم منها... أما بالنسبة لزوجتك يا سيدى، فهى كما أشرت إنسانة فاضلة فى كل شىء، ولكن سوء الحظ جاء من كون طبيعتها العصبية تخالف على طول الخط طبيعتك الهادئة، ولكن هذا ليس عيبًا نهائيًا لا شفاء منه، بل بالعكس، فمهما طال الزمن وتقدم بنا العمر، يمكننا التغلب على عيوبنا طالما تكشفت لنا، ولكن الحوار بينكما كما أشرت كـان دائمًا يتوقف ولا يكتمل، وكان يجب أن تعرف زوجتك أن هذا الطبع فيها يؤثر سلبًا على رغبتك ناحيتها، وأنه السبب الرئيسى فى عدم انتظام عـلاقتكما الحمـيمة، وربما كانت ترغب فى سـؤالك عن سبب زهدك لها، ولكن شجاعتـها لا تسعفها فى فتح موضوع شـائك كهذا، ويمنعها الخجل والحـياء المذمـومين اللذين طالما تحدثنا عنهـما وعن دورهمـا فى عرقلة مسيـرة السعادة الزوجية، أمـا ما يجب أن تفعله الآن يا سيدتى فـهو أن تدعو زوجـتك إلى مكان هادئ خـارج المنزل، وأفضل ذلك لضـمـان عدم انفـلات أعصاب أى منـكما، مع أخذ موافقـتها المسبـقة أن تسمعك إلى نهـاية حديثك لأهميـة هذا الحديث وأن تعـرض شكواك بهذا الخصـوص وأن تصارحـها أنك تخشى الزلل ومـغضبـة الله، وأن تتعاهدا بأن تأخـذا بيد بعضكمـا البعض فى طريق العـفاف ومـرضاة الله، وأن تسـتـعين هى بالإرادة والدعاء الصـادق أن

يخلصها الله من عيبها هذا الذى ربما يكون عيـبًا وحيدًا فيها، مع التزامك أنت بإعانتهـا على ذلك باحتمال هذه المرحلـة الانتقالية فى حيـاتكما، ولا تنسى يا سيدى فى هذا الصــدد أن تدعوها هى أيضًا أن تصارحك بما يضايقـها فيك أو بأى أسـئلة - وإن كانت مـحرجـة - قد تكون دائرة بخلدها دون إجـابة، مع تعهدك أيضًا بحـسن الاستجابة فى سبيل رضائهـا عنك، كما يجب أن تغلف هذه الجلسة بغلاف من الرومـانسية والكلام العاطفى الجمـيل الذى يلين العقول ويرقق القلوب، وهو من أدب الحوار، ومن عناصر ضمان الاستجابة. . وفقك الله يا سيـدى ووقاك شر الزلل وعفـاك من مرضاة الشـيطان وصرفك عن كل ذلك بمرضاة الله والسعى إليه لضمان سعادة الدنيا والآخرة.

✉ أنا مصاب بمرض السكر منذ حوالى ١٨ سنة، وعمرى الآن ٤٤ سنة، وقـد كنت أتساءل، هل يؤثر مـرض السكر فى القدرة الجنسية ؟! فلـقد كنت متـزوجًا وانـفصلت مـنذ حوالى ٨ سـنوات لأسبـاب أخرى، والآن أنا مـوشك على الـزواج، وأريد الإفـادة حيـث أن هناك لغطًا كـثيـرًا حـول هذا الموضوع وأنا الآن أريد الحقيقة.

✍ ✍ ✍

* إن مرض السكر يمكن أن يكون فى غاية الوحشية إذا لم يعالج العلاج الصحـيح، أو إذا لم يواظب المريض على العلاج أو لم يتبع إرشـادات الطبيب المعالج فيـما يختص بنوعيات الـطعام وكمياته، أمـا إذا سار كل شىء على ما يرام فهو مرض مروض جدًا، ولا يخشى منه تقـريبًا، ولكن أيضًا يجب متابعة حالة المريض مع طبـيبه المعـالج وأيضًا يجب إجراء فـحوصات دورية وخـاصة على وظائف الجسم المعتمدة على الأوعية الدمـوية الدقيقة والأعصاب الطرفية، مثل الشبـكية وأصابع اليدين والقـدمين، والقدرة الجنسية و. . . أشـياء أخرى يكون الطبـيب الباطنى المتـخصص أقدر منى علـى سردها، فيـا سيـدى توجه لأقرب طبيب متـخصص، وليفحصك ويرشدك للفـحوص التى تكمل الصورة المطلوبة لحـالتك الراهنة بخصـوص القدرة والأداء الجنسـيين. . أدام الله عليك نعمة الصحة وعافاك من كل سوء.

أنا شــاب فى السادســة والثلاثين من العــمر، كنت كـغيـرى من الشباب أمتلئ حـيوية وشباب ورغبة فى أن أحـيا حياة سوية جنسية صـحيحة، وكان لى رغباتى الكبـيرة والمتفجرة كما أننى مارست العـادة السرية خلال فترة المراهقة الأولى، ولكنى أقلعت عنهـا بعد سماعى لأحـد التفاسير العـلمية التى تقول أنها تضعف من القدرة الجنسية على المدى الطويل وقد كنت حريصًا على مسـتقـبلى الجنسى فخـفت من ذلك وقررت الانقـطاع عنها فـوراً، وكان ذلك تقريبًا فى سن الرابعة والعـشرين واستمر بى الحال على غير اسـتقرار فى العمل مما منعنى عن الارتباط وآثرت الانتظار إلى أن يحين الوقت الذى أتقدم فيه لابنة الحلال مـرفوع الرأس بحيث لا يمسك والدها علىّ شىء يرفـضنى لأجله، وقد كان، فظللت أكافح حتى صرت مـستعداً للزواج منذ حوالى السـتين، ثم آثرت أن أجرى فحوصًا طبية كاملة - وقد دأبت على ذلك فى العشر سنوات الأخيرة - ولكنى زدت عليها هذه المرة فحصًا للسائل المنوى لأتأكد من رجولتى قبل أن أربط إنسـانة بى إلى الأبد، ثم كـانت الطامة الكبـرى أن اكـتشـفت أننى أملك سائلاً منويًا يخلو من الحـيوانات المنوية، وفسر لى أحد أصـدقائى ذلك أننى لن أكون قـادراً كزوج على إسعاد زوجـتى وخاصة فى علاقـتنا الحميمـة حيث أن لذلك دخلاً كـبيراً فى هذا الأمر، فـضلاً عن عدم القدرة على الإنجـاب، فآثرت الابتعاد عن جـميع النسـاء المحيطات بى سواء فى مـحيط العمل أو غيره خـشية أن يميل قلبى لإحداهن فأظلم نفسى بهذا الشـعور أو أظلم هذه المرأة بمعاشرتها

لزوج عقيم عاجز، ولكنى لا أستطيع إخـماد هذه الشعلة التى تمثل الرغبة والتى هى متـأججة بداخلى، ولذلك فإنى أشـعر أننى بين نارين، فأفـتونى بالله عليكم عـما أسـتطيع فعله بـحيث أثبط هذه الرغـبة الـغريزية بداخلى، فـأنا لا أريد أن أغضــب الله وفى ذات الوقت لا أريد أن أفضـح عـجزى وأتعس زوجـتى بما أنا فيه.. فماذا أفعل؟!

✍ ✍ ✍

* سـيدى الفـاضل. . أرى أن هناك لبسًـا شـديدًا ومضللاً بين القــدرة الجنسية والقـدرة على الإنجاب، فهما وظيفـتان منفصلتان عن بعضهـما البعض انفصالاً تامًا، فإحداهما تخضع للهرمونات التى تفرز من غدد معينة في الخصية مضـافًا إليها بعض التركـيبات الكيماوية من مناطق أخرى فى الجسم، وهذه هى القدرة أو الفحولة الجنسـية، أما الوظيفة الأخرى فهى تخـضـع لمنظومة الإعجاز الربانى - كغيرها من الوظائف الجسدية - وهى نشأة الحيوانات المنوية تدريجيًا من خلايا أخرى فى الخصية أيضًا حتى تصل إلى صورتها النهائية ثم تنتقل عبر بعض الأنابيب والقنوات الخاصة لهذا الغرض حتى يتم تخزينها فى الحويصلات المنوية الواقعة خلف المثانة البولية، إلى حين أن تبدأ الإثارة الجنسـية ثـم تستمر إلى أن يحـدث قذف هذه المحتـويات إلى خارج الجـسم، أى إلى جهـاز المرأة التناسلى بحـيث تسـرى بدورها فى المهبل ثم عنـق الرحم، فالرحم، فـقنوات فالوب حيث يحدث الإخصاب فى معظم الأحوال، ثم تنتقل البويضة المخصبة إلى التجويف الرحمى حيث تزرع فى جداره ويسـتمر الحمل، أى أن الوظيفتين

الجنسية والإنجابية لا تجمعهـما إلا بعض الأعضاء المشتركة، وهنا أريد أن أحذر بعض الناس مثل صديقك أن يفتوا فى أشيـاء لا يعلمون عنها شيئًا وهى ليست مما يعنيـهم فى شىء ولا فى عملهم ولا فى تخـصصاتهم، وهـا هو مثل حىّ أمامنا كـاد يدمر حيـاتك ويحكم عليك بالوحدة والشـقاء بالرغم من تمتـعتك بكامل فحولتك وقـدرتك الجنسية بدليل أنك أفلحت فى ممارسـة العادة السرية وأيضًا نجحت فى إجراء فـحص للسـائل المنوى مما يثبت حسن قدرتك وطبـيعية أدائك الجنسى الحسي، وأيضًا دعنى أحذر فـئة أخرى من الناس، وهم أمثالك أنت هذه المرة، هذه الفئـة التى تصدق الآخـرين وإن لم يكونوا متخـصصين، دون حتى عرض فـحوصك على أحد الأطباء ولو من الأصـدقاء أو المعارف أو الجيـران، فكنت وفرت على نـفسك هاتين السـتين من الاكـتئـاب والانغلاق، وكنت تزوجت، وربما قد أنجبت، فـيا سيدى العزيز، هناك أسبـاب عدة لعدم وجود حيوانات منوية فى السائل المنوى، ومعظم هذه الأسباب قابلة للعلاج فى هذه الأيام، فلتذهب يا صديقنا لاستشارة أحـد الأطباء المتخصصين فى أمراض الذكـورة والتناسل، فـربما يشـير عـليك بإجراء فـحص آخـر مع أخـذ بعض الاحتـياطات ربما لم ينبهك أحـد لها فى المرة الأولى، وإن صحت التـحاليل، فهناك خطوات أخـرى فى سلم الفحوص تؤخـذ أيضًا آنذاك لمعرفـة سبب هذه الحالة وعما إذا كانت بسبب وظيـفى أم بسبب انسدادى، وهل هى حالة نهائية أم أن لها عـلاجًا. . . وأشـياء أخرى كـثيـرة وكثيـرة يفتى فـيهـا الزملاء من أخـصائيى أمـراض الذكـورة والتناسليـة أكثـر منى وأحـسن، أما عن القـدرة والفحـولة الجنسيـة، فلا شـأن لها بكل ذلك يا صـديقى، فاطمـئن واهنأ بالاً

وتوكل على الله، وتخيـر من هى مناسـبة لظـروفك بعد أن تتـم فحـوصك وتطمئن لحقيقة حـالتك، وسواء شاء الله لك أم لم يشأ وجود ذرية لك، فأنت زوج طبيعى وقادر جنسـيًا بإذن الله، ويمكنك إمتاع زوجة المستقبل والاسـتمتاع بها مثل أى رجل قادر على الإنجاب - وربما أكـثر - فتوكل على الله يا سيدى وإبدأ مشوار العلاج مـستعينًا بالله وبدعـائك له لاستيفاء شرط الأخذ بالأسباب فى أمورنا جميعًا، ثم السـعى سـريعًا لاتخاذ زوجة صالحة، أعانك الله ومنحك من نعمه ورزقك الذرية الصالحة من الزوجة الصالحة إن شاء الله.

هل هناك طريقـة طريقـة أعرف بهـا كشـاب فى الثانيـة والعشـرين من العمر، عـما إذا كان سيحـدث توافق جنسى بينى وبين خطيبتى حـاليًا وزوجتى مستقبلاً أم لن يحدث هذا التوافق ويحدث شقاق بيننا بسبب ذلك؟ وإذا كانت الإجابة «نعم»، فما هى هذه الطريقة؟

* أيها الفـتى العزيز. . التوافق الجنسى يحـدث بعد الزواج فى الطرفين الملتزمين دينيًا حيث يكونان فى المقام الأول صفحة بيضاء ناصعة يبدأ كل طرف منهما فى نقش بعض السمات الجنسية فى صفحة الآخر حتى تتم المنظومة كلها أخذًا فـى الاعتـبار بالطبع أن هناك أشـياء مـشتـركة بين أبناء الجنس الـواحد برمتهم، ولكن هناك أيضًا الجزء المتغـير والخاص بكل شخص دون الآخر رجلاً كان أو امـرأة، أما بالنسبـة للسمات المشـتركة فـهى تعرف عن طريق التثـقيف الجنسى الصحيح، أما بالنسبة للجزء المتغـير الفردى، فيتم التعرف عليه من كل من الطرفين بشكل متدرج وأيضًا أخذًا فى الاعتبار الثقافة الجنسية الصحيحة التى تؤهل كلا الطرفين لطريق التعرف أصلاً، فـإن لم توجد هذه المعلومات الجنسية الأولية، حدث هذا الشـقاق الناتج عن الجهل الجنسى، والذى يسميـه الشباب بعدم التوافق، تلك التسمية الآتية لنا من الغرب والتى يبررون بها إباحيتهم الجنسية قبل الزواج، هذا السلوك الذى وقانا الله شرّه بالالتـزام بأوامره ونواهيه، سواء فى الممارسة نفسها، أو فى الاستعداد لها، أو فى التثقيف الذى يجب أن يسبق الزواج كما دعا الرسول ﷺ المؤمنين أن يستفتون السيدة عائشة $ فى تلك الأمور خاصة عسى أن يحيا الجميع حياة سعيدة وخاصة الحميمية منها.

✉ أنا شاب من أسرة متدينة والحمـد لله، تزوجت منذ خمسة أشهر تقريبًا، ولم يكن قـد سبق لى معرفة أى شىء عن الجنس تقريبًـا قبل زفافى إلى زوجـتى، وقد حـدث بينى وبين زوجـتى وأهلهـا مشـاكل كـثيرة قـبل الزواج ومـشاكل أكـثر بين الأهلين يوم الزواج، ولكنـى بسبب حـبى الشـديد لزوجـتى اتخذت جانب أهلهـا لتعلقها الشـديد والغير عادى بهم، ولذلك وقـفت معهم على الرغم من وضـوح صحة مـوقف أهلى، أما هى فلم تفـعل أبدًا أن اتخذت موقـفًا مـساندًا لى حـتى فى مواجهـة سبـاب وإهانة أهلها وبالذات أمـها غـير موجـودة، وهذا يحدث بشكل شبه مـتواصل. وتم الزواج واستمـرت المشاكل بشكل غير منقطع، وتنوعت أسباب المشـاكل، وكنت أحيانًا أنا السبب، وأحيانًا أخرى هى السبب، ولكن الشرارة الأولى كانت دائمًا تدخل أهلها غير المحدود فى حيـاتنا، وإفشاء أدق أسرارى لأهلهـا، حتى لزملائنا فى العـمل (حيث أننى أعمل أنا وهى فى نفس الشركـة).. وحتى لا أطيل، فقد استـمرت الأمور على هذا الحال لمدة حـوالى ثلاثة أشهر إلى أن قـاطعتنى زوجتى تمامًـا، وحاولت أن أستـفهم منهـا بإلحاح شـديد عن سبب هـذه المقاطعـة الرهيبـة، فقالت لـى بعد مـجهـود جبـار أن هناك شيـئًا مـا يسوءها فى عـلاقتنا الحـميـمة، وهو ضـعف الانتصاب عندى مما لا يلبى احتياجاتها كـأنثى ويجعلها غير قادرة على الشعور بالمتعـة المرجوه لأى امـرأة، وقد عجبـت كثـيرًا لذلك حيث أن حـياتنا الجنسـية كانت تسير بشكل شبه يومى ولم ألحظ أنا شيئًا كهذا، ثم استرسلت فقالت أنها

تشعر بسبب ذلك بآلام شديدة مما يسبب لها الالتهاب المتكررة. المهم، صارحت والدى بالأمر فاصطحبنى إلى عيادة تعلن عـن أنها فرع من سلسلة أجنبية وأنها الأحـسن فى هذا التـخـصص على مـسـتوى العـالم، وقـد أصـر والدى على اصطحابهـا معنا قائلاً أنها هى المعـنية أصلاً بهذا الشىء، وبعـد فحص مطوّل، قال الطبـيب أنه بالفحـص يجد أن عندى ضعـف بسيط فى الانتـصاب، ولكن بعد أن علم بالمعـدل المرتفع لممارستنا للجنس، قـال أنه قد يكون طبيعـيًا ولكن يستلزم الحكم الصحيح إجراء فحص بالموجـات فوق الصوتية، وبعد أن سألنى بعض الأسئلة قال لى أيضًا أننى مصاب بما يسمى سرعة القذف وقد يكون لهذا دخل أيضًا بسبب ضعف الانتصـاب عندى.. وقد نفى الطبيب أى عامل نفسى للموضوع، ولكن حين صارحته بأن عملنا فى الشـركة الأجنبية يستلزم فترة قد تصل إلى ١٢ ساعـة ثم نعود من العمل فنقـوم بأعمال البيت سـويًا أيضًا، هذا فضـلاً عن الخلافات السـابق ذكرها، أعزى الطبـيب السبب الرئيـسى للضعف البسيط فى الانتصاب عندى إلى كل هذه الأشياء وقال إن هذه الوظيفة الجنسية تستلزم صـفاء ذهنيًا وراحـة بدنية بقدر كـاف وهذا ما لا يتوفـر لى، ولكنه قال أننى أحـتاج لعـلاج بالحـقن مما له أثر فـورى وأثر آخر عـلى المدى الطويل عند المواظبـة لمدة ٣ أشهر على أخـذها.. ولكن قبـل أخذ هذا العلاج توجـهت إلى أحد مـراكز الأشعـة وأجريت الفحص اللازم، فـوجدنى الطبيب طبـيعيًـا تمامًا فعدت إلى طبيبى فقال لى أن هذه نتيـجة جيدة ولكنه يفضل أيضًا أخذ الحقن. وعدت من الزيارة الثـانية للطبيب فوجـدت زوجتى قد تركت الشـقة وأخذت كل الأثاث تاركة لى خطاب شـديد اللهجة تطالبنى فيه بـكل مستحقـاتها المالية

وإلا ستـفضـحنى أمام الجـميع وتقـول لهم الحقـيقـة وهى أنى : «مش راجل»، فطلقتـها فى هدوء درءًا للضرر، ولكنى استـمريت فى العلاج قـائلاً لنفسى أنه لنفعى الشخصى، فإن لم يكن لها فلغيرها، ومع مرور الأيام وجدت الانتصاب عندى يزداد قوة وصلابة، سـواء فى حالة الانتصاب الصباحى أو فى حالة ما إذا تعرضت لأى مثير، وهو يكون دائمًا أحسن كثيرًا من الحال التى كنت عليها مع زوجتى السـابقة، فاسـتشرت أحـد الأصدقاء الأطبـاء فنصحنى بتقليل الجـرعة للحقن بأن آخـذ نصفها فقـط وأقللها تدريجيًا مـراقبًا حالى خلال هـذه الفترة. ففعلت ذلك، ولكن تطورت حالتى بشكل إيجابى جدًا حتى تشجعت وأوقفت الحقن تمامًا وما زلت أشعر بنفس التقدم الكبير.. أما الآن فلى بعض الأسئلة:

(١) هل ضعف الانتصاب مرض؟ وهل له عـلاج ؟ وهل له علاقة بسرعة القذف.

(٢) هل لحالتى السـابقة فعـلاً أثرٌ سلبيٌ علـى زوجتى مما يسـبب لـها هذه الالتـهـابات المتكررة التـى كانت تـشكو منهـا ؟ أو تدعى أنهـا تحدث لها ؟

(٣) هل من هم مثلى عرضة دائمًا لحالـة ضعف الانتصاب مما سيضطرنى دائمًا أن أكـون أسيـر الحقن والعـلاج وبدونهم لن أستطيع أن أحـيا حياة طبيعية؟

وأخـيرًا أشكر لحضرتك سـعة صـدرك لقـراءة (وربما نشر) هذه الرسـالة المطولة المفصلة وفى انتظار ردكم الكريم .

ملحوظة: أنا عمرى ٢٧ سنة وزوجتى السـابقة كان عمرها ٢٤ سنة.

* سيدى العزيز:

اسمح لى أن أشكر أنا لك رسالتك المطولة المفصلة حيث أنها تحوى الكثير من التفاصيل والشكاوى التى يعانى منها شباب كثيرون جدًا فى مثل عمرك أو زاد أو أقل، وفى مثل ظروفك وإن اختلفت التفاصيل.. واسمح لى أن أتطرق لبعض ما جاء فى رسالتك وأن أعلق عليه قبل أن أشرع فى إجابة أسئلتك :

● يا سيدى الشاب العزيز .. ما بنى على باطل فهو باطل، ولا يصح إلا الصحيح ، أقول ذلك ردًا على ما قلته أنت من أخذك صف زوجتك وأهلها ضد والديك وأهلك بالرغم من وضوح صحة موقف أهلك.. وهذا هو الأساس الرهيب الواهى الذى قامت عليه بقية الأعمدة اللينة التى لم يكن ليقوم عليها بيت ثابت البنيان.. سامحك الله على موقفك من أهلك وقدرك على تعويضهم هذا الألم النفسى الذى سببته لهم.

اسمح لى أن أثنى على تصرف والدك وأنحنى له احترامًا وإجلالاً فى اصطحابك لطبيب مختص، بل وإصراره على اصطحاب زوجتك بصفتها المعنية بهذه العلاقة بالرغم من موقفها السلبى تجاهه وتجاه والدتك، وبالرغم أيضًا من موقف أهلها منك.

أما عن زوجتك السابقة فالحديث عنها ولها لا يفيد بعد فوات الأوان، سامحها الله وغفر لأهلها وأمها التى لم تعلمها معنى «الزوجة» وهى شريكة العلاقة بحلوها ومرها وسمائها وأرضها، ولكن هى الجانية على نفسها الآن ودائمًا.

أما عن إجابات أسئلتك فهى كالتالى:

(١) الإجابة عن هذا السؤال تنتفى من تلقاء نفسها حيث أنك غير مصاب بضعف الانتصاب بشهادة الفحص الطبى والموجات فوق الصوتية أما عن علاقته بسرعة القذف، فنعم إن له علاقة بسرعة القذف حيث أنه حال وجود سرعة القذف لا يتسنى للمرحلة الثانية من الدورة الجنسية (وهى مرحلة حدوث الانتصاب) أن تكتمل بسبب حدوث المرحلة الثالثة (وهى القذف) بسرعة شديدة، فإذا تم علاج سرعة القذف تحسنت الحالة الخاصة بالانتصاب كثيرًا.

(٢) الآلام والالتهابات عند الزوجة من جراء العلاقة الجنسية ليست لها علاقة بقوة الانتصاب أو ضعفه بقدر ما لها علاقة بمرحلة المداعبة أو التحضير للعلاقة الجنسية، فهذه هى المرحلة التى يحدث فيها زيادة فى عمل الغدد التى تفرز السوائل التى تسهل الاحتكاك حال الجماع مما يقلل بشكل كبير الألم والعرضة للالتهابات.

(٣) كل الرجال عرضة لضعف الانتصاب إذا توفرت العوامل التى قد تفرز هذه الحالة، مثل فرط الإرهاق الذهنى أو الانفعالى أو الجسمانى، أو عدم التركيز أثناء اللقاء الجنسى، أو عدم تفاعل الزوجة ومشاركتها الإيجابية فى العلاقة، وهناك أيضًا عوامل شخصية متعلقة بالصفات الخاصة بهذه الشخصية بالذات دون غيرها، مثل مدى حساسية هذا الرجل مما قد ينعكس على ردود أفعاله تجاه ظروف الحياة المختلفة، ومنها التفاعل والانفعال الجنسيين، بسبب عدم قدرته على فصل هذه الأشياء المتداخلة فى حياته.

فلا تقلق يا سيدى ولا تخف، فأنت إنسان طبيعى تمامًا، فادع الله أن يوفقك إلى زوجة أخرى تكون لك نعم الصحبة.وخير متاع الدنيا.

✉ أنا امـرأة شابة أبلغ من العـمر سـتة وعـشـرين سـنة، وقـد تابعت بابكم لشـهور سـابقة سـعيًـا وراء مشكلة مـشـابـهة لمشكلتى، ولكنى لم أجـد، فيـأست وقررت الكـتـابة لكم بعـد أن أيقنت تقريبًـا أن مشكلتى لا مـثيل لـها، ولكن الوقت يمـر، بل إنه قـد أزف الآن، والوسـاوس تكاد تقـتلنـى وتمنع عنى النوم، والمسألة باختـصـار هى أننى ارتبطت عاطفيًا بشاب مـتدين وينتمى لأسرة كـريمة وباختـصـار يتمـتع بكل الشـروط التى قـد تسعى لهـا أى فـتاة فى فـتى أحلامها، ولكنه قـد سبق له الزواج، ولم يدم زواجه طويلاً، إلى هنا وكل شىء طبيعى ويحدث كل يوم وفى كل مكان، وقد أحـجمت طويلاً عن الحديث معه عن زواجه السابق، ولكن حين بدأت علاقتنا فى أخذ الشكل الرسـمى، أى حين تمت خطبـتنا وبدأت الاسـتـعـدادات الجـدية للزواج، بدأ يلـح على ذهنى ذلك السـؤال الرهيب وهو: «لمـاذا انفـصل عن زوجـتـه الأولى»؟ وكنت تارة أقـول لنفسـى أن هذا لا يـخصنى فى شىء وتارة أخرى أقـول: كيف لا يخـصنى وقد يحدث لى ما حـدث لها حيث سأكون مكانهـا؟ فاستجمـعت جرأتى وحاولت تحرّى الوقت والحالة النفسية المناسبين، كـما حاولت اختيار جلسة هادئة كانت فيها حالتنا المزاجيتين على خـير ما يكون، وقدمت لسؤالى ببعض الكلام الرقيق وبالتـأكـيد لـه بأن ليس لإجـابة السؤال الـذى سأسـأله أى دخل بعـلاقـتنا ولا باقتناعى به ولا برأيى فيه، ثم حين وعدنى بتقبل ما سأقول وأنه لن يغضب منى مهمـا كان سألته صـراحة: «لماذا انفصلت عن زوجـتك الأولى؟» فتغيـر وجهه قليلاً، ثم ذكرته بـوعده لى أنه لن يغضب، فقال أنه لم يغـضب ولكنه لا يعرف

ما يقول، ثم قال لى أنه ببساطة لعدم التوافق.. فلم أكتف بالإجابة واستفسرت عن تفاصيل أكثر، فما كان منه إلا أن أحضر ورقة بيضاء وكتب فيها رقمين هاتفين وقال لى أن هذه هى أرقام زوجته السابقة، وهو قد أذن لى فى الاتصال بها والاستفسار منها عن السبب.. فوجدت فى ذلك ضالتى المنشودة، فسارعت فى الاتصال بزوجته السابقة - دون وجوده بالطبع - وحين عرفتها بنفسى وعرضت عليها الأمر، كانت فى غاية رقة وسموّ الأخلاق، وأبدت استعدادها التام للإجابة وطلبت أنت نتقابل شخصيًا فى مكان ما، وقد كان، فأثنت بشدة على أخلاق زوجها السابق وخطيبى الحالى، ثم بدت محرجة بعد الشىء حين جاء الأمر إلى سبب الانفصال، ولكن بعد إلحاح شديد منى قالت السبب الذى يؤرقنى والذى أردت الاستفسار عنه: قالت أن السبب هو حجم العضو الجنسى، وهنا المشكلة مختلفة، فليست المشكلة هى قصر العضو، ولكن على العكس، المشكلة هى فرط طول العضو أثناء الانتصاب مما أشعرها أن جسدها لن يستطيع أن يستوعب هذا الحجم حيث كانت قد درست فى الأحياء أن حجم المهبل ليس أكثر من ٩ سم طولاً، فقد خافت على نفسها بشدة ورفضت إتمام العلاقة أصلاً، وبعد الانتظار لمدة عدة أشهر لم تستطع هى خلالها تغيير موقفها أو إقناع نفسها، كما لم تجرؤ على زيارة أى طبيب متخصص لفرط حيائها، اتفقا على الانفصال الهادئ دون أى ضغينة فى قلب كل منهما تجاه الآخر، وقد كان...

وأنا الآن أريد الحقيقة العلمية، والخلفية الطبية لهذه الأشياء، إذ أن الوقت يمر، ومن المقرر أن يتم الزواج خلال عيد الأضحى المبارك إن شاء الله.. هل حقًا

أن هذا قد يكون مضراً ؟! وهل هناك نساء ورجال لا يتوافقان من حيث حجم أعضائهما التناسلية ؟! أرجو الإيضاح مع جزيل شكرى وتقديرى..

* يا آنستى العزيزة ..

حقًا إن شر البلية ما يضحك . . والبلية هنا هو فرط الجهل الجنسى وفرط الحياء الذى وصل إلـى الحد المذموم من قبل الزوجـة السابقة لخطيبك، عـمومًا فقد قدر الله وما شاء فعل، فدعينا نناقش الأمر بشكل موضوعى، بداية: ليس هناك ما يسـمى بعدم التوافق العـضوى بين الرجل والمرأة، بل بالعكس؛ فـقد تجلت قدرة الله سبحانه وتعالى فى خلق الإنسـان وأعضائه، وهذا التجلى وهذه القدرة أوضح فى وضع الأعضاء وترتيب وجـودها وتنظيم أماكنها داخل الجسـم البشرى، كما تجلت هذه القدرة ووضحت فى كمّ التوافق التركيبى بين الأعضاء الذكـرية والأنثوية وهذا مـا أقـره العلم والطب الجنسى بشكل خـاص، وتلك الزوجة الشـابة محقـة فيمـا قالت عن المقاييس الـتى درستهـا عن حجم القناة المهبلية للمرأة، ولكنها درست حقيقة علـمية ناقصة، فالطبيعة الخلوية التى فطر الله عليها هذا الجزء من جسد المرأة تتمتع بوجود كمّ هائل من الأنسجة المرنة مما يجعـل جدران المهبل تقـع فى ثنايا ذات كم رهيب مما يتيح القـدرة على زيادة حـجم هذه القناة طولاً واسـتـدارة، وأبلغ مـثال علـى ذلك هو أن هذه القناة المهبلية ذاتها هى التى تتم من خلالـها ولادة طفل مكتمل النمو ذى رأس صلبة غير قابلة للانضغاط، فـإذا فكرنا فى الأمر قليلاً وجدنا أنه لابد لهذه القناة من قدرة فائقة على الزيادة فى الحجم فى كل الاتجاهات حتى يتسنى لها القيام بأهم

وظيفــة خلق الله تعالى المرأة من أجلــها، وهى أن تصبح أمّـاً. . وتلك المرونة الفائقــة تتيح للقناة المهــبلية أن تضاعف حــجمهــا لبضــعة أضعــاف مما يــسمح باستيعاب العضو الذكرى بــسهولة حال إتمام العلاقة الجنسية، إذ أن المقاييــس التى قد تبدو لنا بتفكيرنا المجرد غير مطلقة، ولكن هناك عوامل أخرى كثيرة تتدخل فى الأمر كما ســبق أن ذكرنا . . ولو كانت هذه الفتاة الشابة (الــزوجة الــسابقة لخطيبك) قــد توجهت لأى طبــيب متخــصص لكان قد أوضح لهــا الأمر بكل بــساطة، ويكون الأمر أكثر سهولة بالاستعانــة ببعض الصور الطبية التوضيحية، وكان كل شىء قد مر بــسلام، ولكن كل شىء نصيب، فأرجو يا آنستى العزيزة الا تكررى المأساة وألا تستسلــمى لتلك الهواجس، ويكفينا أن نعلم أن هذا هو حال جــميع الرجال وهذه هى أعضــاؤهم، وهذا هو حال جمــيع النــساء وهذه أيضًا هى أعضاؤهن، فلا يمكن أن يكون الله سبــحانه وتعالى قد خلق فينا تلك الغريزة للتحنيس إذا كانت الأعضاء غير متوافقة خلقيًا، فسبحان الخالق العظيم أن يكون فى خلقه نقص أو عــيب. . فاعلمى يا آنــتى أن هذه العــلاقة تحديداً هى من النعم الكبرى التى حبــا الله بها بنى البشر، وهى متعــة المتع كما تسمى فى كتب الطب الجنسى، وهى الاستمتــاع الحلال المجانى الوحيد الذى يأتى من معين لا ينضب وهو : الزواج . . فتوكلى على الله يا آنستى واستخيرى العلىّ القــدير، واعلمى أن انفــصــام الزواج الــسابق لخطيــبك لم يقم على أســبــاب حقيقية، ولكن لأسباب وهمية مفترضة لا تــستند إلى علم ولا إلى طب. . وقد خلق الله العلم والعلماء والطب والأطباء للاستعانة بهم فى ظروف كهذه، فإذا أحجــم الناس عن ذلك ، فلا يلومــون إلا أنفســهم، فهم آنذاك، لم يــأخذوا بالأسباب التى أمر الله أن يؤخذ بها. .

وأخـيرًا لا يسـعنى إلا أن أبــارك زواجــك القـريب بإذن الله وأن أتمـنى لك السـعـادة لأوقـات مـديدة وأعـوام عديدة، وأغـبطك على حـسن خلق زوجك المستـقبلى وسـمو أخلاقـه ورقته مع زوجـته الأولى ومـعك على حد سواء.. وفقكمـا الله لما يحب ويرضى ورزقكما بالذرية الصالحـة التى تقر بها أعينكما..

أنا امرأة متزوجـة منذ ٦ سنوات، وأبلغ من العمر ٣٩ سنة، وقد يطرأ سـؤال هنا، وهو لماذا تزوجت فى هذه السن المتـقـدمة بالـنسبـة لمجتمـعنا بالرغم من استـمتـاعى بقدر لا بأس به من الجـمـال، وخريجـة أرقى المدارس والجامعات، وأنتسب لعائلة عريقـة، ولكن مشكلتى أننى فور تخرجى التحقت بوظيفة مـرموقة فى وزارة الخارجيـة، وكان دخلى منها كبيـراً بحيث كنت دائمًا أشعر بالرضا والفخر بناء على مركزى الاجتماعى العالى والمحترم، ومما زاد من ذلك افتـخار والدىّ بى دائمًا فى مـختلف المحافل والمجـتمعـات، وكنت دائمًا أسمع كـلمات الثناء هذه التى كـانت تزيد من رضاى عن نفـسى وأشعـر أننى ناجحة جـدًا بالنسبة لسنى، وأنه من الصـعب على امرأة أن تشغل منصبًا كهذا وإثبات نفـسها فـيه، فامـتلأت فخـراً عبـر الأيام والأشهر وحـرصت أن أتفرغ لعملى لأثبت نفـسى أكثر وأكثر، وبالـطبع تقدم لى الكثيرون خلال هذه الفترة، ولكنى كنت دائمًا أجد نفـسى أحسن منهم جميعًـا فلا أرضى بأى منهم كزوج يجب أن أشعر أنه يتفوق علىّ من باب إثبات قوامته ورجولته، وسرقنى الوقت ومرت السنون، وبدأ الخطاب يـقلّون شيئًا فـشيئًـا حتى حدث شبه انقطاع لهم حتى صار عمرى ٣٥ سنة، فبدأت استرجع الأيام الخوالى وأندم على بعض من كنت أرفـضهم وبدأت أراجع نفـسى فى أسـباب رفـضى لهم، فأجـدنى كنت قاسية فى بعض الأوقـات وكانت ردود أفعالى مبالغًا فيهـا، وفى خضم اجترار الذكريات تقدم لى رجل لم يسبق له الزواج لظروف عائليـة معينة، وكان يتمتع بمركـز اجتـماعى وعـملى مـرموقين، فـضلاً عن أنه مـن عائلة كـريمة وعريقـة، فأحسست أن هذه هى الفرصة الأخـيرة لى لأتزوج دون كم كبير من التنالات،

فقـبلت بلا تردد، وتم الزواج بالفعل فـى وقت قصيـر لم يتح لى أن أجلس مع زوجى خـلاله جلسـة طويلة إلا مـرتين، ثم بدأت حـياتى الزوجـيـة مع زوجى وكنت أستـعين كثيـرًا برأى والدتى فى شئـون حياتى حيـث لم أكن أحمل أية مسـئولـيات فى بيت أهلى، ولكنى لاحظـت منذ أول يوم تضارب الطبـاع بيننا حيث كـان هناك اختلاف فـى طريقة المأكل والمشرب والملبس والتـناول اليومى لأحداث الحياة، وطريقة ترتيب الملابس وحتى فى طريقة التعامل مع الخدم، فهو بسيط جدًا فى كل ذلك، وأنا أعشق وضـع أسـس التـعامل مع كل هذه الأشياء، وأخبرته منذ اليوم الأول بنفـورى من طريقة تصرفاته هذه، وتكرر ذلك مع كل موقف حـتى ازدادت حدتى فى عـرض وجهـة نظرى وبعد أن كـان ينصت لى ويعدنى بأنه سيحاول إصلاح نفســه بحيث أرضى عن حياتى معه، بدأ ينفر منى ويحاول إحراجى أمام أهلى وأهله، ويتهكم أحيانًا علىّ، ثم أعلن العصيان التام وقال أن هذه هى حياته، وأنه حرّ فى الطريقة التى يفـضلها فى نظم معيشته وأن علىّ أن أقبل بذلك أو أرفضه وكان ذلك بعد إنجاب ابنى الوحيد، فقصصت ما حدث على والدتى كـالعادة، فنصحـتنى أن أترك البيت وأن أعـود لبيت والدى حتى «يعرف قيمتى» ويأتى صاغرًا لأخذى، وخاصة أننى أشارك بجزء كبير من مرتبى فى مـصروف البـيت، وقد كان، ولكنه لم يأت لمـصالحتى لمدة ٣ شـهور كاملة حتى بدأت أشعر أننى مهانة، حيث كيف له وهو المتزوج من بنت الحسب والنسب والأصـول العريـقة والوظيـفة المـرموقـة والمركز الاجـتـماعى الرفـيع، وصـاحبـة المال والنفـوذ، كـيف له أن يدعنى دون أن يأتى ليـعـتذر كـمـا كنت أتصور، بل ويبدى أسفه الشديد وأبدأ أنا فى فرض شروطى حيث أنه هو الذى أخطأ فى حـقى بأن تمرد على النظم التى كنت أضـعهـا فى بيتى وكـأنه سفـارة تسرى عليها بروتوكولات يتمنى الجـميع وجودها فى منزله!! ثم انتهت الأزمة

بأن قام أحد أقاربه بمحاولة إصـلاح الأمر وعدت إلى المنزل مع وعد كل منا أن يحاول جـاهدًا محـاولة اجتناب مـا يضايق الآخـر منه، ولكن هالنى أنه زهدنى تمامًـا فى فراشـه وأصـبح لا يطلب إلىّ العـلاقة أبدًا وإن مـرت شـهور كـاملة، وأيضًا بدأ السؤال يلح على خاطرى كيف لا يطلب ذلك وقد كان دائم الطلب لهذه العـلاقة وقـد كنت أنا التى تحكم وتتحكم فى كـونها تحـدث أم لا، وكان يشعـر بكل السعادة والرضا فـيما قبل حين يمـر منى مجرد أمل فى الاسـتجابة لطلبه؟ وأنا أرسل لكم هذه الرسـالة كى أسأل أهل العلم بهذه الأشيـاء عما إذا كـان زهده فى وهجره لى فى الـفراش هذا طـبيعـيًـا أم لا؟! وهل عسـاه يكون متورطًا فى علاقة أخرى يصرف فيهـا شهوته؟ أم أن هناك احتمالات أخرى قد لا تخطر لى على بال؟

✍ ✍ ✍

* سـيدتى. . إن رسـالتك تصـيب من يقرأها بالغـيظ الشـديد، ولكنى أصررت أن أنشرها وحدها فى هذا العـدد من كثرة تكرارها على أرض الواقع، ولكن بالطبع بصـور مخـتلفة، واسـمحى لى يا سـيدتى أن أبدأ مـعك تاريخ أخطائك المتعـددة جدًا منذ البداية، واسـمحى لى أيضًا أن ألقى باللوم الكبـير على والديك اللذين تماديًا - وحتى بعـد الزواج - فى ملئك بالفخر الذى أدى إلى أنانية شديدة، فـأصبحت ترين محاسنك الوظيفـية والعملية والاجتـماعية بالمجهر، وتـستصغرين أى شىء آخـر بجانب ذلك، وقد كدت أن تضيقين لولا أن الله قدرّ عليك بزوجك هذا الذى لا أرى فـيه العيوب الجـوهرية التى تعيب زوجًا بحيث أن نشفـق على المرأة التى تعاشره من سوء طباعه أو خلقـه، فبعد زواجك منه عدت لسابق عهدك من الأنانية والتحكم، ولقد أخطأ هو أيضًا فى مجاراتك فـى هذه العيوب التى كانت قـد بدأت تظهر عليك فى أول الزواج،

ولكنه كان يريد أن تسرى حياتكما معًا فى سلام، ولكنك تماديت وتخطيت كل حدود اللياقة بحيث اضطر هو أيضًا لذلك، وجاء دور والدتك فزاد الطين بلة، وحتى بعــد انصلاح الأمــر، فإنك تريدين أن تفلســفى الأمور أيضًــا لصالحك وتدينين زهده فيك، ولكن طبيًا أريد أن أفســرّ لك الأمر فأقول أنه من الواضح أن زوجك إنسان حسّاس، تتواءم المشاعر عنده مع الرغــبة، ومشاعره مجروحه حتى الآن ولم تلتئم بعــد، مما يؤثر سلبًا على رغبته الجنســية ناحيتك، ثم إنى أتساءل، لماذا لا تدعــينه أنت وتطلبينه للفراش، بالطبع يمنعك كــبرياؤك بالرغم من إلحاح رغــبتك وإلحاح الســؤال عليك عن سبب إعراضــه عنك، فانزلى يا ســيدتى من برجك العــاجى واعلمى أنه من المكرمــة للمــرأة أن تدع مركــزها الاجتماعى والمالى على باب بيتــها قبل أن تدخل، وأن تكون داخل المنزل فقط «زوجة فلان» فإن هذا سيرضيه عنها نفــسيًا وجسديًا ومعنويًا، وسينعكس عليها هذا بالطبع إيجابًا، ويجــعلها تسعد بــهذا التنازل البسيط، ويجــعلها تحب هذا العطاء وتتعود عليه بل تحبــه، وتحب أن تزيد منه شىء واحد أعيبه على زوجك إن كان يفعله عن قــصد، وهو جعلك تشاركين فى مصــاريف البيت بجزء من مرتبك، ســواء كان جزءًا كبــيرًا أو صغيــرًا، فمن الأكرم له أن يتكفل بجــميع مصروف بيته - وإن قلّ - وليترك لك الحرية فى كونك تشاركين أو لا تشاركين أو تزيدين من المتاح حسب إرادتك الشخصية دون إجبار، فإنى أرى أن مشاركتك يا ســيدتى فى مصاريف البــيت قد زادت من تعقــيد الأمر وصعّــدت من حدّة شعورك بأهميتك وهذا ما تســبب فى الصراعات الدائمة داخل نفــك حيث أن كل ما تشــعرين به فى نفــسك من ميــزات يتعــارض مع فطرة الأنثى التى تريد دائمًا أن تكــون منتمية لرجل، وأن يكون هذا الرجل هو المســئول عنهــا ماديًا ومعنويًا.

✉ أنا رجل في السابعة والأربعين من عمري، متزوج منذ نحو ١٨ سنة من سيدة فاضلة عاشرتني عشرة طيبة وأنجبت منها أولادي الأربعة وقد ربتهم تربية تشرفني وتشرفهم، وقد عملت في مجال السياحة منذ صدر شبابي وفور تخرجي، ولكن كان عملي دائمًا في نفس المدينة التي تقيم فيها زوجتي وأولادي، وقد اتسمت حياتي الزوجية الخاصة معها بكل استقرار وإشباع، فهي أبدًا لم ترفض طلبًا لي بهذا الخصوص، ولم تدخر وسعًا في إمتاعي وإشباعي مما زاد ارتباطي بها وشوقي للقائها، أما ما تغير من ظروفنا في الآونة الأخيرة فهو أنني الآن تركت عملي في القاهرة وأصبحت أعمل في إحدى مدن سيناء السياحية ولا أذهب لرؤية زوجتي إلا لمدة أسبوع واحد كل شهر، ونظرًا لطاقتي الجنسية العالية، وتعودي على معدل عال من الممارسة وعلى قدر معين من الإشباع، وإضافة إلى كل ذلك المغريات والمفتنات الكثيرة التي تحيطني يمينًا ويسارًا بحكم عملي وبحكم تواجد السياح الأجانب باستمرار في هذه المنطقة، نظرًا لكل ذلك فأنا الآن أمر بأسوأ فترات حياتي من الضيق والهم وغلبة الرغبة والشهوة، وقد وقعت فريسة بسبب ذلك للمواقع الإباحية على الإنترنت، وبرغم عذاب ضميري المستمر وإحساسي أنني يجب أن أكون أكثر عقلاً واتزانًا من ذلك بحكم سني على الأقل - فلم أستطع إلا أن أستسلم لهذا الشيء الكريه إلى نفسي مع ممارسة هذه العادة الصبيانية التي أخجل حتى من الإشارة إليها، ثم أعود فأضحك على نفسي وأقول أن هذا أحسن من الوقوع في الحرام والفتن السهلة، والمتاحة حولي في كل مكان.. إنني حقًا أحب

زوجتى وأشـتاق إليـها، وهى لا تـستطيع أن تـأتى معى بـسبب مـسئـولية الأبناء الأربعة وارتباطهم بتمـارين ودروس ومصالح متنوعة، فأشـيرى علىّ يا سـيدتى بما يجب أن أفعل حتى أستعيد نفـسى وأخرج من هذه البئر المظلمة التى أوقعت نفسي فيها وأشعر أنه لا قبل لى للخروج منها..

* يا سـيدى. . أنا أعـترف مـعك أن المغـريات كثـيرة من حـولك وأن الظروف تضافـرت لجعل الأمور على هذه الصـعوبة التى تصفهـا، ولكن أيضًا المدة التى تقـضيهـا بعيدًا عن زوجـتك ليست طويلة للحـد الذى يصعب مـعه التحكم فى النفس للحـد الذى وصفته، وإلا فأين مـجاهدة النفس الذى وعد الله أن يزجرها بقدر الجهاد فى سبيل الله، فـكما أن المغريات متاحة من حولك فى كل مكان، أيضًـا يوجد صالات للجـمنزيوم وتوجد فـرص شتى لممـارسة الرياضات التى تستهلك الطاقة البدنيـة فى الجسم مما يـساعدك على مغالبة هوى نفسك الذى يتوق إلى هذه الغريزة الملحـة، فإذا تصورنا أنك تقضى يومك بين أداء عملك فى مكـتبك وأداء بعض الرياضات وتمرينات الجـمنزيوم، بل ولعب الشطرنج والبلياردو أحيانًا مع بعـض النزلاء أو الزملاء، هذا بالطبع فضلاً عن الالتزام بالعـبادات والاسـتعانة بالله تعـالى وبأداء ما يرضـيه لقـاء ما يمكن أن يغضبـه، كل هذا يمكنه أن يملأ وقتك يا سيدى ويـستـهلك طاقتك ويقلص من الوقت الذى يمكن أن يتـاح للموبقات الـتى أشرت أنت إليهـا، فاحـمد الله يا سيدى على نفسك اللوامة - والمسماة بعـذاب الضمير - واستعن بالله وبها فى أن تخرج طاقتك وتسـتهلكها فيـما يفيدك ولا يضرك، ومـا يبنى جـسمك ولا

يهدمه، وما يرضى نفسك وربك عنك ولا يغضبهما، واستحضر دائمًا صورة زوجتك الحبيبة، ورغبتك فى الاحتفاظ بمكانتك عندها وعند أولادك - بارك الله فيهم - وخجلك من أن تعلم عنك شيئًا كهذا، وشخص فى عمرك ومركزك، أعتقد أنه لا يرضى أن يعمل شيئًا لا يستطيع أو بالأحرى يخجل من الإفصاح عنه، خاصة لأقرب الأقربين.. فاستجمع شجاعتك وإرادتك يا سيدى، وأقلع فورًا عن هذه العادة، وارفع رأسك أمام نفسك وأمام الجميع، وآنذاك ستكون فخورًا بقدرتك على جهاد هواك الذى قد يقودك للهلاك، وستكون أكثر شوقًا لزوجتك عند لقائكما، فتكون لها نعم الزوج والحبيب والشريك فى العلاقة الحميمة، حيث تستحق هذه السيدة العظيمة أن تكون أنت لها وحدها دون صور ميتة رخيصة، لا يتعدى دورها الإثارة الوضيعة للغرائز التى خلقها الله بقيسة وخص بها أصحاب الحقوق فيها من الأزواج والزوجات وقصرها عليهم.

✉ أنا فتاة فى العشرين من عمرى، وطالبة فى السنة الثالثة فى كلية الآثار، تابعت بابكم بناء على نصيحة من والدتى لأخذ المعلومة الصحيحة من منبر موثوق به على حد تعبيرها، وقد صادفت أكثر من مرة تعبير «العادة السرية للبنات»، وقد فوجئت بأن هناك ما يسمى بالعادة السرية لدى الفتيات، وقد انتظرت عبر الحلقات المتعاقبة لأجد شرحًا أو تفسيراً لهذا التعبير دون جدوى، وهأنذا قررت أن أرسل لأسأل هذا السؤال واستفسر عن التعريف الصحيح لهذه العادة لدى الفتيات، فقد سألت والدتى فشرحت لى العادة السرية لدى الأولاد، ولكنها قالت أنها لا تعرف أن هناك مثلها للفتيات ولا كيف تقوم بها هذه الفتيات..

✍ ✍ ✍

* أولاً أريد أن أشكر والدتك على هذه الثقة الكبيرة التى أولتنا إياها، وأشعر بالفخر لمسئوليتى عن هذا الباب الذى كسب ثقة القراء بفضل الله وحمده، وثانيًا، أريد أن أحمد لوالدتك هذه العقلية المستنيرة وهذه العلاقة التى هى جسر صداقة وحوار ممدود بينها وبينك وهذا إنما يدل على وعى وعقل مستنيرين، كما يدل على علم عميق ببواطن الأمور ومتغيرات العصر، وتحضرنى كلمة بليغة للإمام علي كرّم الله وجهه قال فيها: «لا تربوا أبناءكم قسراً على أخلاقكم، فإنهم خلقوا فى زمن غير زمانكم»، فتحية لك أيتها الأم التى يندر وجود مثلك الآن، ولو كان كثيراً لوقينا شروراً وفتنًا كثيرة يقع شبابنا وفتياتنا فريسة لها.

ثالثًا: أما عن تعريف العادة السرية فأنا لا أحب الخوض فى تفاصيلها كيلا أشوه هذه النعمة التى حباك الله بها وهى الجهل بهذه العادة الكريهة ، وبالتالى ستبقى صفحتك بيضاء ناصعة من الناحية الغريزية الجنسية، لن يكتب فيها أو ينقشها إلا علاقتك بزوج المستقبل بإذن الله، أما عن تعريفها العام فهى أن تقوم الفتاة بنفسها ولنفسها بالإثارة الجنسية ويتم ذلك بشكل تصاعدى حتى تصل إلى ذروة اللذة أو الإحساس المسمى بالشبق، وهنا أحب أن أضيف معلومة، وهى أن هناك تطابقًا بين الوظيفة الجنسية عند الرجل والمرأة، وأقول الوظيفة وليس الرغبة لأن الرغبة عند الرجل أكبر منها عند المرأة، أما الوظيفة فهى متطابقة من حيث وجود النهايات العصبية والطريق العصبى التى تسرى فيه أحاسيس المتعة الجنسية، والمراكز العصبية التى تشعر بنفس الإحساس عند الجنسين مع اختلاف مدة الدورة الجنسية عند الجنسين، وهو الوقت الذى تستغرقه للإحساس بالمتعة - فهذه المدة أطول لدى المرأة منها لدى الرجل، ولكن عوض الله المرأة بكونها تستطيع الوصول إلى الشبق عن طريقين؛ خارجى (بظرى) وداخلى (مهبلى)، وأيضًا كونها تستطيع الوصول للشبق لمرات متعاقبة دون الحاجة للانتظار لمدة زمنية بين مرات الوصول للشبق كما هو الحال عند الرجل.. وأخيرًا يا فتاتى، هذه فكرة عامة عن الموضوع، وأحمدى الله على عدم معرفة تفاصيله، واستمرى فى مسيرة استقاء الثقافة الجنسية الصحيحة والتى ستعينك على حياة زوجية سعيدة قائمة على أساس سليم.

أنا أبلغ من العمر ٢٥ سنة، لا أعرف ماذا أسمى نفسى هل أسمى نفسى «بفتاة» أم «سيدة»، وأكتب إليك من إحدى دول الخليج، لقد تزوجت منذ ٣ سنوات من زوجى الذى هو فى الأصل قريب لى قد تربى وعاش وتعلم فى ألمانيا، ثم عاد ليعمل مع والده فى تجارة ضخمة يملكها ثم تم الزواج بعد فترة خطبة استمرت حوالى ٨ أشهر، وأقصد بتمام الزواج الإتمام العائلى والرسمى بالحفل والمدعوين والولائم، ولكن الزواج ذاته بمعنى الزواج الجسدى لرجل وامرأة فشل أن يتم بسبب خوفى الشديد من العلاقة الجسدية بسبب تجربة ابنة خالى التى تزوجت قبلى بعدة أشهر والتى وصفت لى العملية الجنسية وكأنها فقء للعين، فأصابنى الهلع من هذه العملية حتى أننى لم أمكن زوجى منى بالرغم من صبره علىَّ ورقته وحنانه وطمأنته لى وعدم يأسه أو غضبه منى، واستمر الحال على هذا المنوال لمدة أكثر من سنة حتى لجأت لطبيبة نسائية هندية تعمل فى إحدى أكبر المستشفيات هنا فقالت لى أننى أعانى مما يسمى بالـ **Vaginismus** وأن حالتى تحتاج لتدخل جراحى للتوسيع فوافقت أنا من فرط يأسى وإحساسى بالذنب نحو زوجى ولكنه - أكرمه الله - لم يوافق وقال لى أنه ما يزال يأمل أن تتم العلاقة بالشكل الطبيعى الذى يحقق لكلينا الاستقرار والسعادة، ثم لجأت لطبيبة نسائية أخرى فأشارت على باستخدام الموسعات ذات المقاسات المتزايدة حتى أتغلب على حالتى وأعود إلى طبيعة البشر التى لا أكاد أشعر أننى منهم، واستجلبت هذه الموسعات بالفعل من

أوروبا وبدأت فى استخـدامهـا وانتهـيت من جمـيع المقاسـات بشكل متـزايد وكنت شبه متيقنة أننى مستعدة وقتذاك للأداء الزوجى الطبيعى، ولكن الموضوع فشل أيضًا بكل أسف مخـلفًا وراءه كمًا رهيبًا من الإحبـاط والآلام النفسية لى ولزوجى الحبيب الذى أصبح كسيـر النفس والعينين، حتى أنه الآن وبعد مرور حوالى ٥ أشهـر من هذه القصة أصبح غيـر متحمس أصلاً للمـوضوع حتى أنه بدأ يفقد كـفاءته الجنسية وتأثر أداؤه بشكل واضح وارتبطت عنـده هذه العملية بتعذيبى حتى أنه قـال لى أنه لا يحب أن يكون مغتصبًا، وقد غلفت حـياتنًا معًا الآن بغلاف من الشجن والصمت، وأنا من ناحيتى أشـعر بالذنب والعجز معًا، فهل هناك ما يمكن أن أفعله أكثر مما فعلت بالفعل لحل هذه المشكلة التى تنغص على أوقاتى ؟!

✍ ✍ ✍

* أيتها الأخت العزيزة . .

فهمت حيرتك حين لم تعرفى كيـف تسمّين نفسك: فتاة أم سيدة، ولكن هذا لا يهم يا سيدتى، المهم أنـك تحاولين عدم الاستـسلام، والأخـذ بالأسباب لحل مشكلتك، وهذه الحالة بالفعل تسمى Vaginismus ، وترجمتهـا العربية هى التشنج العـصبى المهلبى اللاإرادى، ويحدث هذا التـشنج فى عضلة دائرية تحيط بفتحتى مجرى البول والمهبل مما يسبب انغلاق الفتحة المهبلية وعدم قدرتها على الاتساع اللازم لإتمام العلاقة الزوجـية الحميمة، وهذه مشكلة عـصبية فى المقام الأول يا فتـاتى يتحكم فيهـا الجهاز العصـبى بجزئه اللاإرادى وليس على مستوى الأعضاء ذاتها، ولذلك فإن العملية الجراحية أو الموسعات لا تأتى دومًا

بالنتيجة المرجوة حيث يكمن السبب فى مـراكز التحكم العصبية العليا، ولذلك فالعـلاج يكون عبـارة عن جلسات عـلاج جنسى بين ٤ و ٦ جلســات لإعادة التشكيل للتوافق العضلى العصبى للمنطقة التناسلية بحيث يسهل بعدها التحكم فى هذه العضلات بشكل إرادى إلى حد كبـير، ومن المستحسن وجود الزوجين معًا فى هذه الجلسات حتى يسهل لكليهما استيـعاب الحالة نفسها وماهيتها وما يحدث داخل الجـسم حيالهـا، والأسلوب المتبع للعـلاج والغرض منه، وتطور الموقف من جلسة إلى التالية، وأن تكون هناك مشاركـة وجدانية ومعنوية حيال هذا الأمـر مما يسهل وينجح العـلاج بل ويسرعـه بشكل أكـبر، وقد صـادفت العشرات بل المئات من صـاحبات شكواك يا سيدتى خلال حيـاتى العملية وقد شفين هؤلاء اللائى واظبن على العلاج وأطعن التعليمات، شفين بنسبة ١٠٠٪ بفضل الله وحده، فـاستبشـرى خيرًا وأقبلى على العلاج، ودعـى هذه اللهجة الحـزينة التى غلفت كلمـاتك وبشـرى زوجك بأن لكل داء دواء وأن فـتح الله قريب بإذن الله تعالى.

ترددت كـثيـراً قبل كـتابة هـذه الرسالة، لأنى أحـسست أنه قـد يصـفنى قـراؤها بأننى «غـادر» أو «نذل»، فلقد ارتـبطت بعلاقـة حب قـوية مع إحدى الفتيات من نفس الحى الذى أقطن فيه، واستمر هذا الحب الطاهر لمدة ٧ سنوات كاملة، ولكنى بطبيعتى إنسان مـحب للجنس وأنتظر بفارغ الصبر اليوم الذى سيجـمعنى بفتاتى الحـبيبة حتى يتـسنى لى إفراغ طاقتى هذه معـها، وبعد عقـد قراننا منذ حـوالى شهـر واستـعدادنا للزفـاف فى عيد الفـطر إن شاء الله، بدأت الحـدث إلى «زوجتى» عن شـهـوتى ورغبـتى المتـأججـة وأننى أهوى بل أعشق هذه العلاقـة وأحلم معها بعلاقة كـاملة تكون مثالاً للمتعـة التى لا قبلها ولا بعدها، وقد أبدت هى الأخرى سعادتهـا بذلك واستعدادها لأن تجيبنى إلى ما أرغب، ولكنى علمت منها فى سياق الحديث أنه قد تم إجراء عملـية الختان لها حين كانت فـى سن العاشرة تقريبًا، وأنهـا كانت فى كامل وعيـها حال أداء العمليـة وكانت تتـحدث بمنتهى الألـم النفـسى، فساندتها وهدأت من حالتـها الانفـعاليـة ومرت الجـلسة بيـننا على نحـو عـادى، ولكن حين عـدت للمنزل واستـرجعت ما دار بيـننا جال بخاطرى مـا أعرفه عن مـسألة خـتان البنات من قراءات متفرقـة فى الصحف وما سمعت فى البرامج على الفضـائيات المختلفة فى الآونة الأخيـرة، وما دار فى صـدد ذلك عن برود المرأة الجنسى الذى يسببه الختان وخاصة حين تجـرى هذه العملية والفتاة فى وعيها فيـتربى داخلها شعور بكراهيـة لهذه المنطقـة ومما قد يحـدث فيهـا أو بالقرب منـها، فتُـرجم ذلك فى

رأسي بفشل ذريعة لحياتنا الجنسية معًا مما يعد حكمًا بالإعدام على علاقتى بهذه الفتـاة ولعلاقـتى الخاصـة بها التى تملأ علـى مخيلـتى وأحلامى، وأصـبحت لا أجـيب مكالماتهـا وأتحـاشى زيارتهـا حـتى أصل لقـرار فى أمر عـلاقـتى بهـا، واستخرت الله وقررت أن آخذ بنصيحتك يا سيدتى كمتخصصة فى هذا المجال وأعرف أنك ستصدقيني القول.

✍ ✍ ✍

* يا سـيـدى. . أعذرك لحـداثة سنك وقلـة خبـرتك الواضـحـتين فى رسالتك، وإنى ومن هذا المنبر سـأعرض عليك الحقائق العلميـة بخصوص هذا الأمر وبكل أمانة:

إن هناك مـا يسمى بالفـعل «صدمة مـا بعد الاعـتداء» وهو مـا وصفـته بخصوص كـراهية الطفل لمكان ما فى جـسده بـسبب ما تعرض له من أذى فى هذا المكان وخاصة إذا كان مكانًا جنسيًا نتيجة الاعتداءات الجنسية على الأطفال مثل الاغـتصـابات وما شابه، وأيضًـا قد يحـدث هذا فى شأن ختـان البنات، ولكن إذا كان هذا قد حدث لزوجتك كـانت سترفض الزواج وبشدة ولن تنتظر حتى تحب وتخطب ويعـقد قرانها وتـتجاوب معك فى الحديث عن عـلاقتكما الخاصة برحابة صدر كما أشرت أنت فى رسالتك. فاطمئن يا سيدى فإن الأمر توقف عندها عند كـونه تجربة قاسـية قد تجـاوزتها نفـسيًا بنجاح والحـمد لله، وعسى هذه الكلمـات أن تكون رادعًا للآباء والأمهات الذين مـا زالوا يصرون على ختان بناتهم.

بخصوص الختان أكرر وأقول أن الختـان لا يمنع المرأة من الشعور بمتعـتها الكاملة مع زوجـهـا مع الأخذ فى الاعـتـبار بعض الأسـاليب التى تتـبع أثناء التحضيـر للجماع أو فى مرحلة ما يسمى بالمداعبـة الجنـسية، وبالرغم من أننى ضد مسـألة ختان الإناث على طول الخط باعـتباره استـئصال لعضـو عامل فى جسد المرأة، ولكن هذا لا يمنع أن هذه المرأة ما زالت تتـمتع بوجود كامل عدد النهايات العصابية أى أطراف الأعصاب الخاصـة بالاستثارة الجنسية مما يتيح لها نفس فرصة التفاعل والتجارب الجنسيين مع زوجها.

فاطمـئن يا سيدى لحـالة علاقتكـما الحمـيمة بعـد الزواج ولا تكن غادراً ونذلاً وتخسر زوجة محـبة رقيقة مقبلة عليك وعلى استـعداد لإجابتك مآربك فيـها وسيغلـف الحب والود علاقتكما ويـضفيان عليـها ما تحلم به وأكـثر من النجاح بإذن الله.

أود أن أستــشيرك يا دكــتورة في مشكلتى والتى أجـهل إن كان هناك حل لهــا أم أننى يجب أن أرضى بما أنــا فـيـه وأن هذا هو نهــاية المطاف بالنسـبة لحالتى.

أنا رجل بلغت الـستين إلا قليلاً، ما زلـت أتمتع بصحة جيدة ولله الحمد فيما عدا إصـابتى بمرض الـسكر، ولكن أصـابنى فقط منذ سنتين وهو تحت التـحكم إلى حد ما، فأنا بحمد الله حريص فى مأكلى ومشربى وهذا يساعدنى كثيراً.

أما مـا يخص شكواى فهى أننى لـم أعـد أتمتع بكفاءتى الجنسـية الســابقة، فـقد لاحظــت أن فتـرة الانتـصاب بدأت تـقل عن المعدل الـسابق مما يصـيـبنى وزوجتى بالإحباط الشديد، والحالة النفـسـية السيئة لكلينا، وقد بدأ هذا ينعكس على معاملتنا الحياتية، فقد أصبـحت هى أكثر عصبية، وأنا فى موقف لا أحسد عليه من حيث شعـورى أننى مطعون فى صميم رجولتى مع إحـساسى بالعجز أن أفعل شيـئًا حيال ذلك، ولقد استـشـرت طبيبًا للأمـراض التناسلية والذكورة فقال لى أن هناك ما يسـمى بالتسريب عندى، وأنها حالة نهـائية ولا علاج منها ولا فائدة من أى علاج مـتاح، فأصابنى الاكتئـاب الشديد وظللت منغلقًا لأيام عدة، ثم ذهبت للصـيدلية وقـصصت ما حـدث على الصيدلانـى فنصحنى بأن أجرب الحـبة الزرقاء، فلم أتردد فى ذلك بالرغم من ارتفـاع سعرها، وجربتـها بالفعل وكنت أفضل حـالاً كثيراً ولكن ليس للحد الطبيـعى، وكررت التجربة

أكثر من مرة كلما تيسر لى المبلغ المالى اللازم، ثم نصحنى الصيدلانى بزيادة الجرعة وقد فعلت ذلك بالفعل فسارت الأمور بشكل أحسن، ولكنى كنت ألحظ أننى أستيقظ صباحًا على حالة من الصعوبة فى التنفس واحتقان فى الحلق فتراجعت عن المواظبة على الحبة الزرقاء فصارت الأمور إلى ما كانت عليه من قبل فعادت الحالة النفسية بينى وبين زوجتى إلى نفس الإحباط السابق، وإنى الآن أتساءل، هل ما يحدث لى الآن شيء طبيعى بالنسبة لسنى؟ أم أن إصابتى بمرض السكر دخل فى هذا؟ وهل الحل الوحيد كعلاج هو هذه الحبة الزرقاء التى يتعدى ثمنها إمكانياتى المتواضعة؟ أم أن هناك علاج غير دوائى مثل الأعشاب الطبية التى نسمع ونقرأ عنها فى الصحف؟ إنى حقًا أشعر بالارتباك وعدم القدرة على الحكم على الأمور، وأشعر كأننى فى كابوس مزعج أدعو الله ليل نهار أن ينتهى وأن أصحو منه على خير. فأفيدنى يا سيدتى أفادك الله.

✍ ✍ ✍

سيدى الفاضل..

أشكرك أن تعرضت لأكثر من موضوع هام ومصيرى بالنسبة للكثير من الرجال، وهو تأثر القدرة الجنسية وكفاءة الأداء عند سن معينة، وعما إذا كان ذلك طبيعيًا أم لا، وكيفية التصرف حياله وهامش الأمان فى استخدام الأدوية المنشطة مثل الحبة الزرقاء بمختلف أسمائها التجارية وتأثير مرض السكر على القدرة الجنسية، وعن ماهية الأعشاب التى يتم الإعلان عنها كحل سحرى للضعف الجنسى؛ وردًا على كل هذه الساؤلات التى أشكرك عليها يا سيدى، دعنى أعرض بعض الحقائق العلمية التى تخص هذه النقاط:

١ - إن عملية الانتـصاب هى عبارة عن حدوث اسـتثارة عصبيـة للرغبة الحسـية الجنسيـة مما يتسبب فى تشـغيل بعض الغدد وإفـراز الهرمونات مـعينة وغازات سـائلة من نوع خاص مما يتـسبب بدوره فى انبسـاط الأوعيـة الدموية (الشرايين) الموجودة داخل الأنسجة الانتصابية فى العضو الجنسى الذكرى، وفى ذات الوقت يتم إغـلاق الأوردة بشكل كافى كيـلا يتم ارتجاع الدمـاء المتدفـقة والتى تسبب الانتـصاب، وذلك حفاظًا على اسـتمرارية الانتصـاب للمدة التى تحقق للرجل الاكـتفاء الجنـسى من الناحية الحسـية والعـضوية، أما مـا يحدث أحيانًا مع التقدم فى السن هو التـسريب الذى أشرت أنت إليه، وهو عبارة عن عدم القدرة على احتفاظ الأوردة بالدمـاء دون ارتجاعها إلى الدورة الدموية، مما يتسبب فى تأثر الانتصاب بسبب عدم وجود الدماء بالقدر الكافى داخل الأوعية الدموية وخاصة الشرايين، فى الأنسجة الانتصابية المسماة بـ «الأجسام الكهفية» للعضو الذكـرى. ومن الأسباب المطروحة لهذه الحـالة هى: التقدم فى السـن، الإصابة بمرض الـسكر لمدة طويلة (لا أعتـقد أن هذا هو الـسبب فـى حالتك)، الإصابة بارتفـاع نسبـة الكوليسترول وتصلب الشرايين، الضـعف العام، . . . وأشياء أخرى.

٢ - العلاجات المطـروحة لهذه الحالة كثـيرة ومن ضـمنها بعض الـتمارين لزيادة الكفاءة العضلية للأنسجة المحيطة بالمنطقة التناسلية، ولكن نسبة نجاح هذه التمارين فى حل المشكلة تعتمد على الكثير من العوامل.

٣ - أما عن الأعشـاب التى يتم الإعلان عنها فى الجرائد فـهذا هو ما لا أثق فيه البتة، فلا هى جربت عن طريق الهيـئات الصحية، ولا هى معترف بها

دوليًا، كمــا أنني صادفت خلال ممارستى الطبــية رجالاً كثيــرين قد جربوا هذه الأعشاب بلا فائدة، ولم يصيبهم إلا الإحباط بجانب الخسارة المادية.

٤ – أما بالنسبة للحبة الزرقاء ومــثيلاتها من الأدوية المنشطة جنسيًا، فإنى أولاً أريدك أن تحمد الله حمــدًا كثيرًا أنها لم تؤثر عليك تأثيــرًا أكثر مما حدث، وأيضًا أريد هنا أن أهمس فى أذن الصيادلة ألا يتحملوا هذه المسئولية أمام الله، فعقــار السيلدنيافيل سيــترات (الحبة الزرقــاء) اخترع أساسًا للتــأثير على القلب والرئة وله تأثيرات مــحفزة لهمــا، فماذا لو أن القلب مصــاب بأى من أمراض العضلة أو الصمامات؟ وماذا لو أن هناك ما يشوب وظيفة الرئة من حيث الأداء والكفاءة؟ ماذا لو أى أو كل من هاتين الحالتــين موجود بالفعل عند هذا الرجل ؟! هذا سيــضع حمــلاً ثقيــلاً على وظائف كل من هذين الجــهازين الفعــالين (الدورى والتنفسى) مما لا تحــمد عقبــاه، وقد حدث بالفعل بعض هذا التــأثير والذى أحــســته يا سيــدى فى صورة الاحتقــان الذى وصفته، فــحمدًا لله أن توقف التأثيــر عند هذا الحد، فلندع وصف هذه العقاقــير للأطباء المتــخصصين لأن تحديد الدواء المناسب بالجــرعة المناسبــة هى مسئــولية جمــة على كتف كل طبيب هو يعرفها جيدًا وعلى ذلك، فهو يحسب لها ألف حساب.

أما عن حالتك شخصيًا يا سيدى فإنى أستبعد أن يكون سببها هو إصابتك بمرض الــسكر بســبب قصــر مدة إصابــتك به ولأنه – كمــا تقول – لا يتــعدى الحدود الخطرة بســبب حفاظك على الغذاء والعــلاج، ولكنى أعتقد أنــه مجرد التــقدم فى السن الذى يفــرز هذه الأعراض عند بعض الرجــال، والذى أرجح بشدة أنك منــهم، وحالتك من الحالات التى تــستجــيب بقدر كبــير للتــمارين

الخاصة بــهذه الحالة مع الاستــعانة بجرعات مــحسوبة من الحبــة الزرقاء والتى تؤخذ بعد عــمل الفحوص اللازمة وبشكل متــقطع وغير مستــمر وتحت الرقابة الطبية المستــمرة لضمان الأمان، ولكن لا تفسد وظيفــة عامل إصلاح أخرى.. فتوقف يا سيــدى عن أخذ الحبة الزرقاء الفياجرا) دون إرشــاد طبى متخصص، بل وزيادة جــرعتهــا إلى الحد الذى يمكن أن يكون خــطيراً، واعلم أن طبــيبك سيــرشدك إلى أحــسن النتــائج التى يمكن أن تحصل عليــها فى ظل المعطــيات الموجــودة.. وفقك الله وأرشــدك إلى أحسن الســبل التى ترضيك وتحــفظ لك عافيتك.

✉ أنا يا سيدتى شاب مصرى أعمل مدرسًا فى إحدى الدول العربية، تزوجت بإحدى تلميذاتى اللاتى كن يشكلن لى أهمية خاصة فى حياتى حيث كنت مدرسًا فى مدرسة ثانوية للبنات فى هذه الدولة التى ما زلت أعمل بها حتى الآن، وقد لفت نظرى أنها دون الباقيات كانت مهذبة وخجولة ولم تكن حتى تنظر إلى بملء عينيها كما يقولون، وكان للحياء غلبة على سلوكها. وبالفعل انتظرت حتى انتهاء السنة الدراسية الأخيرة من المرحلة الثانوية وتقدمت لأهلها، الذين وجدتهم لا يقلون أدبًا ولا حياء عن ابنتهم، ورحبوا بى دون إرهاقى بطلبات، وتم الزواج بحمد الله، ورأيت أنها أعظم وأرق مخلوقة على وجه الأرض حتى أننى أغبط نفسى عليها ليل نهار، كان ذلك منذ ٨ سنوات، ومنذ ذلك الحين لم تتم بيننا علاقة زوجية كاملة، وذلك بسبب حياء زوجتى الشديد والذى هو طبع لا ينفصل عنها حتى مع زوجها وحبيبها، فهى تحبنى بشدة، ولكن قلما تقولها، وليس إلا بعد إلحاح شديد منى، وقيسى على ذلك يا سيدتى كل شىء فى الحياة، ولكن برغم كل ذلك فلم أفكر يومًا أن أتركها أو أهجرها أو أتزوج بأخرى حيث اعتقادى وتصديقى التام أننى لا يمكن أن أجد من تتصف بصفاتها، وقد عرض علىّ أحد الأصدقاء أن أتم الموضوع بعد تقييدها، أو تنويمها بأحد العقاقير المنومة ثم أتم الموضوع، ولكنى لم أحب هذه الفكرة وأحسست أنها أقرب للاغتصاب كما أننى أريدها أن تستمتع معى بهذه اللحظة كما أننى لا أعتقد أننى سوف أستمتع أصلاً بشىء

كهذا، لقد قرأت فى بابكم مشاكـل شبيهة بمشكلتى، ولكنى أجلت الكتابة لكم لأن صفـات زوجتى أعتقـد أنها تختلف عن جـميع بنات حواء بحيث يجعل سريان القوانين على الباقيات ربما لا يكون نافعًا مع زوجـتى بكل رقتها وطيبتها وصفاتـها التى ربما تكون أقرب لصفـات الأطفال من براءة وطيبة وهشـاشة فى الطباع، فـأشيـرى علىّ يا سيدتى، هل هـناك ما يمكن عمله حيال هذه العـلاقة ولكن شريطة أن يكون دون المساس بصفات زوجتى التى أشرت إليها.

✍ ✍ ✍

* بارك الله لك فى زوجـتك يا سـيـدى، ويـارك أيامكمـا سـويًا وأدام عليكما الرضا والسعـادة ، وصدقت إذ قلت أن هذا النموذج يندر إن لم ينعدم وجوده فى هذه الأيام، ولكنى أريد تنبـيهك لشىء فى هذا الصدد، ألا وهو أن زوجتك هى فى النهـاية إنسانة وخلقت على الفطرة، والفطرة الإنـسانيـة تحتوى فى جنباتـها على الغريزة الجنـسـية وتـسـتمتع بهـا، ولكن الأمر مـختلف لدى السيدات، وبالذات المهذبات والحييات منهن واللائى تقع زوجتك تحت بندهن، فهـؤلاء الإناث لم تتمرن، بل أنهـا ترفض أن تلتقط أو تستـمتع بهذه العـلاقة حيث لم يضع لها أهلها الخطوط الواضـحة والتى تمثل الحد الفاصل بين ما هو ممنوع وما هو مـسموح فى هذه العلاقة، وأيضًا حد المنع فيها وتوقفه قبل الزواج والعلاقة الزوجية، فيختلط الحابل بالنابل، ويمتزج الصحيح بالخاطئ، لما ترسب فى ذهن هؤلاء الفتـيات من أن هذه العلاقة تـفتقر للاحـترام مما لا يليق بربات الصون والعفاف وبنات العائلات المحترمـة، فيترسخ كل ذلك فى العقل الباطن للفتاة، ثم يكبر معها، إلى أن يأتى الوقت الذى تُستدعى فيه هذه الأعضاء التى

طالما أحيطت بحدود وسـدود حمراء وكتب عليها «ممنوع الاقـتراب»، وحينذاك تظهر المشكلة واضحـة جلية بأن يمسك العقل الباطن بمقـاليد الأمور ويمنع هذه المنطقة أن تتفاعل أو حتى تستجـيب للاستخدام، وتصدر لها الأوامر عن طريق الجزء اللاإرادى من الجهـاز العصبى بأن تنقبـض وتُمنع من العمل، فتسـتحيل بذلك أداء المهـمة المنوطـة بها أداؤها، ولكن هنـاك علاج بالطبع، وهو عـلاج جنسى فى صورة حـوالى ٦ جلسات يبدأ الموقف بالتـصالح بينها وبين أنوثتـها وأعضائها ثـم يتدرج العلاج حتى يوصف لها بعض التمـارين التى تساعد فى نقل التـحكم فى هذه العـضـلات من الجـزء اللاإرادى إلى الجـزء الإرادى من الجهاز العـصبى وأخيرًا توصف لهـا النصائح الخاصة بالأداء الجنسـى الصحيح الذى يخلو من الألم مما يشجعلها ويساعدها على أداء مـهمتها، لقد فهمت من رسالتك أنك تقـيم خارج مصر، فـاسع للبحث عن طبيب متـخصص فى بلد إقامـتك وليـوفقك الله ويسـعدك بزوجـتك الطيـبة ويقيكم شـر عيـون الناس وشياطين الإنس والجن.

☒ أنا سيـدة فى الرابعة والأربعين من عـمـرى، توفى زوجى منذ حوالى ٣ سنوات فى حادث سيارة رحمه الله وحشـره مع الصديقين، وترك لى ولدًا وبنتين، أما مـشكلتى فهى بخصـوص ابنى الذى يبلغ من العمر ١٥ عـامًا، فـإنى لا أريد له الانحـراف وخاصـة أننى أقـوم بدور الأب والأم مـجتـمـعين، وسـمعت كثيراً عن انحرافات الشباب الجنسية فى هذه السن وخاصة ما يختص بممارسة العادة السرية، فقمت ببعض التصرفات بدأتها معه منذ الصيف الماضى وأريد أخذ رأيك يا سيدتى كمتخصصة فيها وفيم إن كانت صحيحة أم خاطئة؛ فلقد خبأت مفتاح غرفته وأوهمته أنه قد فقد، وأيضًا قمت بتخريب قفل الحمام بحيث لا يغلق إلا بالرفـاس فقط كيلاً يأخذ أمـانه فى غرفته أو فى الحمـام كيلا يمارس العادة السرية حيث ضياع الوقت والصحـة كما سمعت عنها، فهل هذه تصرفات صحيحة؟ أم أن هناك ما يفيد أكثر منها؟ أم أن هناك اقتراحات أخرى يجب أن أحلها محل هذه التصرفات التى اجتهدت فيـها اجتهاداً شخصيًا بحتًا إن كانت خاطئة؟ أفيدونى أكرمكم الله.

✍ ✍ ✍

* يا سيدتى، أعرف أن حملك قد أصبح ثقيلاً برحيل زوجك رحمه الله وأكـرمه، ولكنك تماديت فى فـرض وسـائل الأمان والتى خـرجت عن نطاق المألوف أو المسموح، فالشـباب فى هذه السـن يا سيدتى يحتاجـون لبعض الثقة فى تصرفاتهم حيث أن هذه هى السن التى توضع فيـها اللمسات الأخيرة على

شخصياتهم والكيـفية التى ستكون عليها لبقية العمـر برمته، فأنت الآن وبهذه التصرفات قد تتسببين فى إنشاء شخصـية مهزوزة تفتقر إلى الثقة بالنفس حيث أن الشعـور بالأمان دائمًا مـا يكون مفتـقدًا لديه حتى أثناء قـضاء حاجـته فى الحمام.. يا إلهى.. إنه لشىء جد قاسى أن يشعـر الإنسـان بهذا الشعور، كما أن أقصـر الطرق للوصول إلى مـا تريدين يا سيدتى هو أن تـصادقى إبنك هذا وتشعـريه أنه رجل البيت بعد والده وتســتشيـرنه فى بعض أمرك، فإن امـتدت جسـور الحوار والثقة بينكما سهل آنذاك التطرق للمواضيع الجنسية سواء بالتلميح أو بالتصريح، ولتـفتحى أنت هذا الحوار دون خوف أو خجل فيـشعر ابنك أنه موضوع عادى وغير شائك يـصعب التطرق إليه أو الحديث عنه، ولتحرصى أن تغرسى فـيه وفى أخوته القـيم الدينية فى المقـام الأول، ولتكن هى مرجعـيتك حال الحديث عن الأمور الجنـسية، فإذا فتـحت موضوع العادة السرية، فلتجعليه يقرأ موضوع «الاستمناء» فى أحد أمهـات الكتب ذات المرجعية الصحيحة، وإن تحدثت معه عن العـلاقة الجنسية والانحرافات الجنسـيـة، فلتطرقى إلى موضوع الزنا ومقدماته أيضًا مع الاستـعانة بذات الموضوع فى أحد الكتب الموثوق بها، واعلمى يا سيدتى أن هناك الكثير من الأماكن المغلقة التى يستطيع ابنك التواجد فيها وعمل ما يشاء بعيدًا عن عينيك، ولذلك فمن الأحرى بنا أن نرعى ضمائر أبنائنا ومرجعيـتهم الدينية، فتلك هى الثوابت الوحيـدة فى الحياة.. وفقك الله فى رسالتك وأعانك عليها إنه نعم النصير.

✉ أنا يا سادتى الأفـاضل رجل شارف الخمسين من العـمر وأعمل فى الحقل الإعلامى، رزقـنى الله بزوجة أزعم أنها تفتقـر لأشياء كثـيرة، ولكنها أولاً وأخـيراً صـارت زوجتى ووالدة أبنائـى، وصادفت خـلال عملى بإحـدى الدول العربية الشقيقة امرأة شابة وكانت مطلقة وكنت ألمح دائمًا نظرة حزن فى عينيـها، فلما تقاربـنا بعض الشىء وبعد مرور حوالى الـشهرين من عملنا مـعًا بدأت أسألها عن سبب هذه النظرة الحزينة فحكت لى قصة تعاستها فى زيجتها وكيف أن زوجهـا لم يقدرها وتجرعت معه كئـوس العذاب، ثم سألتنى بدورها عن سبب عدم وجود زوجتى معى فى الغربة فـصارحتها أننى جئت لهذه الغربة أصلاً هربًا من حـياتى مع زوجتى التى إذا وصفـتها بشىء فبـأن لا لون لها ولا رائحة، وتدريجيًا وبعد أن تقاربنا أكثر وأكثر اكتشفنا أن سر تعاستنا فى زيجاتنا واحد وهو عدم التوفيق فى العلاقة الجنسية، فزوجها السابق لم يكن يمنحها وقتًا للاستمـتاع ولكن كان يسعى لتمام العـلاقة فقط، وللبحث عن متعـته فقط دون النظر بعين الاعتبـار لاحتياجاتها أو استـمتاعها، أما أنا فالعـكس فأنا أريد إقامة علاقة حـميمية صـحيحة أستـمتع فيهـا بوقت طويل سابق للعلاقة الفـعلية أما زوجتى فدائمًا ما تسـتعجل النهاية حتى أننى أصبحت أكـره دعوتها لإقامة هذه العلاقة التى أعـرف نهايتها حتى قبل بدايتـها، وتطور الموقف بينى وبين زميلتى حتى وقعنا فـى المحظور وأقمنا علاقة دون زواج، واستـدرجنا الشيطان فى هذا الطريق حتى أفقت عليـها تخيرنى بين أن أتزوجها فوراً أو تفـضحنى فى عملى

وعند زوجتى وأولادى، فلم أجد بدًا من أن أتمم الزواج طلبًا للاستقرار النفسى على الأقل وأيضًا طلبًا للمتعة الحسية التى طالما حلمت بها، فانقلبت الصورة إلى النقيض تمامًا فأصبحت الإنسانة الرقيقة وحشًا شرسًا، واختفت الرقة والحنان من شخصيتها، وانقلبت النظرة الحزينة إلى نظرة وعيد وتحدى، وصارت لهجة الحديث بيننا هى الوعيد الدائم والتهديد المستمر بالويل والثبور إذا لم أنفذ لها طلباتها، وقد تسألينني يا سيدتى فيم الاستمرار وقد أصبحت واحة الراحة التى كنت أنشدها مكانًا للعذاب، فأجيب وأقول أنها نقطة ضعفى التى عرفتها هذه المرأة وتستخدمها دائمًا معى كسلاح ضدى وهى علاقتى الحميمة معها التى كنت دائمًا أحلم بعلاقة مثلها، فهى تجيد بشدة فنون الإمتاع والاستمتاع التى تشيرين دائمًا إليها فى كتاباتك، وأحيانًا ما أعجب من نفسى بل أغتاظ لضعفى الشديد هذا أمام هذه المتعة الوقتية التى لا تستغرق إلا ساعات قليلة فى الأسبوع أو حتى فى الشهر (إذا لم تكن راضية عنى بالقدر الكافى)، أشعر بأننى أدخلت نفسى فى طريق بلا عودة فهى تهددنى دائمًا إننى أذا تركتها سوف تخبر أبنائى الذين أعشقهم حتى تهتز صورتى أمامهم، فأتراجع عن حماسى، ثم أعود فأتساءل هل فى مقدورى حقًا أن أتركها وأترك هذا الكم من المتعة التى أشعر بها فى لقاءاتى معها؟! وأتساءل أيضًا أليست من نهاية لإلحاح هذه الغريزة وهذه الرغبة لدى وقد شارفت على الخمسين كما قلت، حتى أتحرر من هذه العبودية؟! وأشكركم مسبقًا على إجاباتكم..

* سيدى، حين نفـتح بابنا على مصراعيه للشـيطان فلا يجب أن نلومه لدخوله منه، فـآنذاك لا يحق لنا ذلك، وأى باب تريد أن تفـتحه له أكـثر من باب الزنا؟! سامـحنى يا سيدى فلست متـعاطفة معك ولا مع زوجتـك الثانية على الإطلاق، وأبدى تعجـبى على الحياء الذى هو مفـترض به أن يكون جزءًا لا يتجـزأ من فطرة الأنثى، فكيف لامرأة أن تصل فى حـديثهـا مع رجل لهذه التفاصيل الحميمة فى حـياتها فى حين أن ذلك يحرم حتى بين السيدات، وهو رجل غريب عنهـا، فياللعجب، إنك يا سـيدى كنت تمر بأزمة منتصـف العمر وهو إحساس الرجل فى هذه السن أن شبـابه كاد أن ينقضى ولابد له أن يلحق بأى متعة متبقية وخاصة إذا كـانت متعة جنـسية، وهو سيناريو متكرر بشدة هذا الذى قصصـتـه علينا، فدائمًا ما يرى الرجل فى هذه الظروف العـلاقة الأخرى هى الملجأ والمـلاذ، والراحة من تعب الحيـاة، ودائمًا ما تـبزغ عيـوب الزوجة الأولى فجأة لتبرير ذلك، ودائمًا أيضًا ما ينتهى الحال باكتشاف أن كل هذا كان أوهامًا، وتكون الـرغبة فى التـخلص من هذا القيـد الحديدى الذى كـان يبدو ذهبيًا فى أول الأمر، ولكن هيهات، فقد أصبح لك شريكًا فى العلاقة له كيان وله قدرة على التـأثير لم نحسب لـها حسابًا حـين تورطنا فى الأمر من أوله، ويذكرنى هذا الأمر بتطابقه مع السمكة التى ترى الطعم الذى يقذفه لها الإنسان وتلتـقطه بـالرغم من وجـود الخطاف داخله، وبالرغـم من تكرار ذلك عـبـر الأزمان، فلم يتوقف الســمك عن فعل نفس الشىء، وكذلك الرجل الذى يقع فريسـة لامرأة على شاكلة زوجـتك الثانيـة يرى فيهـا ما يخبئ الكثـير، والآن سأحاول طـرح انفعالاتى الإنسانيـة جانبًا وأجيب عن تسـاؤلاتك بشكل مهنى

بحت، أما بالنسبة لزوجتك وموقفها من علاقـتكما الحميمة فإنى لا أعفيها من جزء من المسئـولية وإن لم يكن ذلك مبررًا لك على مـا فعلت، ذلك إذا كنت أنت حاولت إصلاح الأمر بالفـعل بإقامة حوار معها تعـلمها ما تحب من فنون المداعبة ، وإذا كنت أيضًا اهتممت بمداعبتها وعـلمتها كيف تستمتع كما تطلب منها أن تمتعك، وأريد أن أقر بأهمية هذه الغـريزة وهذه الرغبة بحيث أحيانًا ما تتحكم فى سلوك الإنـسان أكثر من أى رغبة أخرى وهذا هو ما حدث لك، أما كيـفية الخـلاص منها فـهو سؤال صـعب، ولكنى أفضل أن تصـارح زوجتك وأبناءك بما حـدث منك وتعـتذر بشـدة عنه وتقـر أنه كـان خطأً فادحًـا وأنك تستشعـر هذا وتعترف به ومستعد لأى ترضـية لزوجتك وأبنائك لما بدر منك، وبذلك تضيع عليها فرصة تهـديدها الدائم لك بخصوص ذلك، أما بخصوص إذعانك لهـا بسبب علاقـتها الحـميمـة بك، فها أنت قـد تعلمت أشيـاء منها وعرفت طرقًا جديدة للاستمتاع، فلتعلمها لزوجتك وإنى على يقين أنها ستغير موقـفهـا من هذه العلاقـة بعد صدمـتهـا تلك، وأرجو ألا يُفهـم من كلامى استنكارى للزواج الثانى على إطلاقه، فهو أولاً وأخيرًا.. حلال.. ولكن هذا الزواج افتـقر لمعظم أركان الزواج الصـحيح، وهذا هو سـبب استنكارى له.. وأخيرًا أرجـو أن يعتبر أمـثالك من الرجال من قصتك هذه وألا يـضيع كلامنا أدراج الرياح.

أنا فتـاة فى الثانية والعشـرين من عمرى وعندى سؤال مـحدد.. هل تؤثر العادة السرية على عذرية الفتاة؟!

* بغض النظر يا فتاتى عن رأيى الطبى فى العادة السرية وعن رأى الدين فى ممارستهــا الذى أتجنب دائمًا الخوض فيه إذ أننى لـست أهلاً للفتوى، ولكن الأمانة تحتم على إحـاطتك ببعض النقاط، وهى أن العادة الـسرية هى تصريف للشـهوة الجنسيـة عند الذكر والأنـثى على حد سـواء، وهى أحيانًـا ما تمارس لتصريف هذه الشـهوة وأحيانًا أخرى تمارس لاستحـضارها، وهنا تكمن الطامة الكبرى، فهذا هو طريق إدمان هذه العـادة، وهذا الإدمان هو كأى إدمان يضيع على المدمن وقتًا ومجـهودًا ثمينين، ومن الأولى بشابة مثلك أن تستـفيد بهذه الأوقات الـثمـينة فى عبـادة ودراسة أو عـمل أو ممارسة الرياضـة أو كل ذلك مجتمعًا وهذا هو صلاح الدنيا والدين والآخـرة، أما عن فقدان الفتاة لعذريتها من جرائها، فذلك يختلف باختلاف طريقة ممارستها لها، فالممارسة الخارجية لا تؤثر على العذرية، وإن نتج عنهـا شىء لا يقل أهمية وهو تشكيل قالب الاسـتثارة على العادة الـسرية بحيث قد يصـعب بعد ذلك التفاهـم والتناغم الجنسيين مع زوج المستقبل، فحاولى التوقف والإقلاع يا فتـاتى ولتشغلى نفسـك بأشياء أكثر أهمية وغير مُضيعة لـلوقت والجهد، فإن كنت قد أنهيت دراستك ولا تعملين، فلستزيدى من العلم بالانشغال بأحد دورات لغات أو مهارات جديدة أو زيارات لملاجئ الأيتام والاهتـمام بشئونهـم، وفوق هذا وذاك الاستزادة الدينيـة بحفظ القرآن وتعلم الـتجويد وحـضور مجـالس الدين، وصدقينـى ستجـدين معنى وطعمًا جديدًا للحياة يشغلك عن كل ما هو غير صحيح وغير سليم.

سيدتى الفاضلة..

نسمع كثيراً من وسائل الإعلام المختلفة التى تفتح موضوعات العلاقة الجنسية كثيراً هذه الأيام، هذا الصندوق السرى الذى طالما كان سرًا كالأسرار الحربية التى لا تكشف وإن طال الزمن، ولكن ها قد آن الأوان بحمد الله، نسمع فى هذه الوسائل عن الأوضاع الجنسية، فأردت أن أسأل عن هذا الموضوع، فما هى الأوضاع الجنسية؟! وكيف يستطيع الزوجان تغيير الأوضاع الجنسية وفى أى ظروف؟! ومتى يستطيع الزوجان أن يعرفا أنه يجب عليهم الآن تغيير وضعهما أثناء علاقتهما الحميمة؟! وما هى الأوضاع التى تزيد من استمتاع الرجل والأخرى التى تزيد من استمتاع المرأة؟! أرجو إفادتى عن كل هذه الأسئلة التى بدأت تجول بخاطرى بعد سماع تنويهات عنها، وكأنها عناوين تطلق للتشويق دون أية تفاصيل، ولكنى كمُتلقى لهذه المعلومات أجد نفسى فى توق لمعرفة هذه التفاصيل..

✍ ✍ ✍

* يا سيدى إن الإجابة على أسئلتك تحتاج لكتاب كامل لإجابتها وليس ردًا سريعًا مختصراً كما هو الحال فى باب فى مجلة، فالأوضاع الجنسية فرع قائم بذاته فى تخصص الطب الجنسى، ولكن دعنى أعطيك فكرة عامة وشاملة قدر استطاعتى كى يكشف لك ولغيرك من القراء الأعزاء الغطاء عن هذا التعبير الذى بدأ يتردد بكثرة كما أشرت فى وسائل الإعلام المختلفة.

إن الأوضاع الجنسية هى تغييـر وضع جسـد الرجل أو المرأة أو كليهما أثناء الجماع بحيث يصبح اللقـاء الحميم أكثر متعة وأكثر تقـاربًا من الناحية الجسـدية والناحية النفسـية مما يسـاعد على الإكثار من كمية الاستمتاع المتاحة للطرفين.

ومن أهم الأهداف المنشودة بتغيير الأوضـاع الجنسية هو القضاء على الملل بين الأزواج بسبب رتابة العلاقة وبقائها على وتيرة واحدة من ناحية شريك (أو شريكة) العلاقة، ومن حيث مكان الممارسة أى نفس الغرفة ونفس المنزل ونفس الأثاث، وأيضًا من حيث كـيفية الممارسة وهـذا هو المقصود بالوضع الجنسى، أيضًا الـبقاء على وتـيرة واحدة من حـيث توقيت المـمارسة، وهى فى مـعظم الأحـيان تكون ليـلاً، من كل هذه المعطيـات نجـد أن البقـاء على نفس المبـدأ بخصوص الممارسة وبقاء كل هذه العوامل ثابـتة تبعث الملل فى العلاقة الزوجية الحمـيمة مما يتعـارض مع فطرة الإنسان الملولة بطبـعها، وهنا يحتـاج الزوجان لبعث روح جـديدة فى علاقتهـما الزوجية مـثل تغيير أى من العـوامل السابق ذكرها، وبـالذات الأوضاع الجنسيـة أحيـانًا ما تكون عـلاجًا لأعـراض ذكرية وأنثوية مـختلفـة مثل بعض حـالات سرعـة القذف عند الرجال وأيـضًا بعض حالات البرود الجنسى لدى النسـاء، ولكن أريد أن أشير هنا أن ليس كل وضع يناسب كل شخص، فـهناك بعض الأوضاع التى لا تناسب الأشخـاص البدناء مثلاً، كما أن هناك بعض الأوضـاع التى لا تناسب أيضًا السـيدات البدينات أو الحـوامل، أقول ذلك لأننى كـثيـرًا ما أصـادف أثناء مناظرة حـالاتى أن بعض الناس يأخذون هذه الأوضاع كشىء مسلم به دون النظر إلى دواعيها أو نواهيها ذلك لأن المشاهدات الإباحية على الإنترنت لا تـعلم ولا تُثقف ولكن فقط تثير

الغرائز للتربح، وبالتـالى يأتى تغيير الوضع الجنسى بنتائج عكسيـة سلبية قد لا تؤتى بثمـار ولكن على العكس تنفر الأزواج والزوجـات، وهذا هو بالطبع هو ما لا نريد. . بارك الله لك ولأمثالك ولزوجاتكم فى المتـعة الحلال ووقاكم شر الوقوع فى المعاصى والكبائر. .

✉ أعرف أن هذا الموضوع قد طرق من قـبل، ولكنى زوجة معذبة، يعكف زوجى على لومى الدائم بسبب عـدم استمتاعـه معى بالعلاقة الحمـيمة، ويقول دائمًا عنى أننى «مثل المخدة» التى بجانبه على الفراش، حتى أنه الآن بدأ ينادينى دائمًا بـ «يا مخـدة» افعلى كذا.. «يا مخدة» لا تفـعلى كذا.. وقد لاحظ الأولاد ذلك فبدأوا يتـساءلون عن سبب هذه الكناية الجديدة لأمـهم، يسألوننى فأصمت ويسـألون أباهم فيقولون لهم أسألوا صاحـبة الاسم فهى أدرى الناس بسببه، أما أنا فإنى أشعر بالمهانة الشديدة، وفى نفس الوقت لا أعرف ماذا أفعل لكى أعكـس هذه الصـورة عنى فى عـيون زوجى، فـأنا لا أعـرف أصلاً مـا هو الاسـتمتاع بالنـسبة للمرأة، وحين تجـرأت قريبًا وسـألت والدتى عن هذا الأمر قالت مندهشـة: «أيوجد ما يسـمى بذلك؟! وبدأت فى محاضـرة عن الأخلاق والعفة لـلمرأة العفيفـة الشريفة والتى تتنافى مع هذا الكلام الفـارغ - على حد تعبيـرها - وأضافت أن هذه الأشياء خاصـة بالرجل دون المرأة وأن المرأة ما هى إلا وعاء يستقبل شهوة الرجل ومادة ليصنع منه الأبناء، وهذا هو كل شىء.. ثم ختمت حديثـها لى بنصيحتها لى بغلق عـيونى وآذانى عن هذه «الموبقات» التى تخص بنات الليل والتى لا يصح لربة الـصون والعفـاف التطرق إليهـا أصلاً.. فأسـقط فى يدى بعد هذه المحـاضرة فلم أسـتطع أن أشكو لها حـالى أو أفضى إليها بما يعتمل به صدرى ولا عن حال زوجى ومعاملته لى بسبب ما تسميه هى خلق وعفة.. إننى أشـعر بإحساس رهيب بالعـجز، فهو يطلب منى شـيئًا لا هو

بيدى ولا أعلمـه أصلاً، ويتهمنى بالتـقصيـر بسبب ذلك، بل تخطى ذلك الآن إلى المهانة والاستهزاء والعـصبيـة الزائدة.. فما هو هذا الشيء؟! ومـاذا أفعل تجاهه؟! وكيف يتسنى للسيدات الأخريات أن يشعرن بهذا الشعور الذى أسمع عنه من زوجى ومن الأخريات؟ أفيدونى أفادكم الله.

* سيدتى العزيزة..

إن كلمـاتك الصـادقـة التى تخـرج من قلبك المكلوم قـد أوجـعت قلبى واستثارت تعاطفى الشديد معك، فإنك يا سيدتى الحبيبة ضحية بكل المقايـس، ويمثل الجناة فى قصتك كل من صادفتهن فى حيـاتك لسوء الأقدار، فمجتمعك يتمتع بظلام دامس حول هذا الموضوع، وكذلك دراستك، أما زوجك ووالدتك فحدثى ولا حرج، فـهما تجسيد حىّ لنتاج الجـهل الجنسى الشديد الذى تعانى منه ثقافاتنا عبر الكـثير من الأجيال السابقة والذى امتد بدوره لثـقافتنا الحالية، دعينى أخـبرك يا سيدتى أن زوجك مـدان بلا ريب فى تصرفه حيـالك، فمن ناحية هو لا يعـرف أهمية ولا كيفـية أن يعاملك بالحسنى أثناء الحيـاة الزوجية العادية، لجهله بمدى تأثير ذلك على انفعالات المرأة الحسية الجنسية، ومن ناحية أخرى هـو لا يراعى الله فيك بأنه لا يطيع أوامـره فيـما يخـتص بما يجب أن يغلف أوقاتكما وحياتكما معًا، وهمـا مبدأ المودة والرحمة الذى أمرنا بهما الله فى سـورة الروم، ومن ناحيـة ثالثة أنه يجـهل قطعًا أصـول المداعبـة الجنســية الأنثوية والتى تجهز المرأة نفسيًا وحسيًا وعضويًا للأداء الجنسى، مما يجعلها أه

وتــذاك للإمتاع والاستــمتاع السليــمين، أما عن والدتك يا سيــدتى، فمع كل احتــرامى وإجلالى لها، ولكنى أيــضًا أشفق عليــها من اعتــقادها فى كل هذه المعتــقدات الخاطئــة، فهو كم رهيــب من المعلومات المغلوطة التى تربت عليــها ونشأت فى رحابها، وللأسف. . . نفذتها، وكاد الطين أن يزداد بلة بأنها كادت أن تورثها لك لولا رحمة ربى. .

أما بالنسبــة لك يا سيدتى فإنى أوجه الحــديث لكليكما أى لك ولزوجك فى نفس الوقت، فكلاكما ضحية للجهل الجنسى مع فارق سوء تصرف زوجك تجاهك - سامحــه الله وهداه - فلتلجآ سويًا إلى طبيب متــخصص لإعلامكما بأصول العــلاقة الجنسيــة وماهيتهــا وفن إقامتــها، وأيضًا فن إمــتاع واستمــتاع بعضكما ببعض .

د. هبة قطب

للكبار فقط

أسئلة وأجوبة

2

معلومات متخصصة في العلاقات الجنسية من منظور الطب والدين

هلا للنشر والتوزيع

أنا فتاة متزوجة منذ حـوالى أربعة أشهر، تزوجت من الشاب الذى نشأت فـوجدته جاراً لنا، وكانت بيننا نظرات إعـجاب، حتى تجاوزت عـلاقتنا حد الإعـجاب الـصامت إلى المـصارحـة بالحب الذى وجدناه متبـادلا، فلم يستـغرق ذلك إلا بقية سنوات الجـامعة التى كان يـسبقنى فيهـا بحوالى ثلاث سنوات ثم تم زواجنا والحـمد لله فى أواخر الصـيف الماضى، وكانت أسـعد لحظات العمر هى ساعات العرس بين أهلى وأصدقائى وعائلتى الجديدة التى هى عـائلة زوجى الحبـيب، وانتهى حـفل العرس، وبدأ شـهر العسـل، وكنت بالطبع أتخـوف من العـلاقة الحـميـمـة مثل كل الفتـيات، ولكن زوجى كـان يطمئننى بأن كل شئ سيسير على ما يرام، وبعد أن صرنا بغرفتنا فى الفندق بعد الحفل، فـوجئت بزوجى متـوتراً كما لم أره من قبل، وعـصبيـا بشكل ملحوظ ذتفهمت موقـفه؟ ونصحته بأن يأخذ حماما دافئا لتهدئة أعصابه، وبدلا من أن يهدئـنى هو ويطمئننى كـما كـان يفعل من قـبل، وجدتنى أنا التى تفـعل ذلك، وحدثت نفسى بأنها مسألة توتر طبيـعية لأنه هو أيضا لم تكن له تجارب سابقة وحمدت الله على ذلك قائلة لنـفسى أن ذلك أفضل من أن أتزوج من شاب له سوابق مع أخريات و"مقطع السمكة وذيلها" كما يقولون، وبالفعل أخذ زوجى الحبيب حماما دافئا، وزال عنه التوتر نوعاً ما، ثم أجلسته إلى جانبى واحتضنته فى حنان وسألته أن يصارحنى بما يقلقه، فقال لى أنه أبداً لم يكن يشكو من أى أعـراض جنسيـة فى السـابق، ولكنه فى يوم الزفـاف حـاول أن يختـبـر نفسـه بممارسة العادة السرية فى الصبـاح، فوجد أن انتصابه الصحى قد زال عنه بدلا من أن يقـوى، فصـار يشـعر بـالقلق، فحـاول مـرة أخرى فى نفـس اليوم قـبل الزفاف، ولكنه فشل، فجن جنونه كما يقول.

وبدأ يساوره القلق على مصير هذه الليلة التى هى بمثابة اختبار صريح لرجولة الرجل أمام زوجته، والتى ينتظر مصيرها ونتائجها الأهل من الجانبين والأصدقاء وخاصة الرجال منهم هؤلاء الذين يتبارون فى نتائج ليالى زفافهم فى جلساتهم الرجالية. فأشفقت عليه كثيرا بعد أن سمعت حكايته وأدركت أن هناك بعض المنغصات التى كتب الله أن أتعرض لها فى أول أيام زواجى، وحمدت الله أيضا على ذلك وقررت أن أقف إلى جوار زوجى فى أزمته العارضة، وتفهمت جرحه وقررت استيعاب الأمر وتبعاته مهما كانت، وآثرت أن أنظر إلى الأمر كنعمة من الله بسبب ما كنت أشعر أنا به من توتر بسبب هذا الموضوع، لعل الله قدر ذلك ليزول عنى توترى وخاصة بعد أن تابعت بعض الرسائل فى بابكم عن الفشل فى إقامة هذه العلاقة بسبب خوف الزوجة وتوترها، وكنت أكره أن أكون أنا المتسببة فى ذلك، ولكن قدر الله وما شاء فعل، فكان زوجى الحبيب هو من تحمل عبء الحرج، ومر الأسبوع الأول من الزواج دون أدنى محاولة منه أن يقترب منى، وتفهمت ذلك أيضا ولم أطلب منه أى شئ، ولكنه قرأ ذلك فى عينى، فوجدته يقول لى أنه يعرف أننى قلقة تجاه ما حدث إزاء هذه العلاقة الخاصة ولكنه لم يشرع فيهاإلا بعد أن تأكد من قدرته على إتمامها. وإلى ذلك الحين، لا يجب على أن أقلق - كما يقول - ولا يجب أن أطلب هذه العلاقة.. وبذلك قطع على زوجى كل محاولة لأن يكون لى دور فى إصلاح الأمر. واستشرت طبيبة نفسية صديقة لوالدتى فى هذا الأمر، فقالت لى أنها حالة من التوتر أحياناً ما تصيب الشباب فى ليلة الزفاف، ولكن طالما أنه كان سليماً قبلها، فكل ذلك إلى زوال بإذن الله! واطمأن قلبى لحديث هذه الطبيبة، وتحليت بالصبر والأمل ، وخاصة أنه

قد مر علينا شهران ونحن على هذه الحال، واستمر هدوء نفسى نحو الشهر، ثم لم أستطع أن أتمالك أعصابى أمام سلبيته الشديدة وعدم محاولته حتى للاقتراب منى، فسألته سؤالا صريحا لأول مرة منذ زواجنا عن مدى اهتمامه بهذا الأمر وعما يفعل حياله، فأجابنى بأنه يكترث كثيرا وأنه برىء من تهمة السلبية التى أتهمه بها، ولكنه يشعر بحرج كبير فى أن يطلعنى على محاولاته الفاشلة مع نفسه، وحين سألته عن طبيعة تلك المحاولات قال أنها نفس الطريقة التى فعلها يوم الزفاف (وهى محاولة ممارسة العادة السرية) وأعترف بأن جميع محاولاته تبوء أيضا بالفشل، ولذلك هو لا يحاول أن يقربنى. وأنا الآن أتساءل: هل يمكن أن يكون سليما بالفعل من الناحية العضوية كما يدعى ويحدث معه كل ذلك؟ أم تراه يكذب على فى هذا الشأن؟ وهل تصلح طريقته هذه فى تحديد قدرته الجنسية؟ وهل هناك شئ آخر يصلح بشكل مؤثر وإيجابى لهذا الغرض؟ أفيدونى أرجوكم! فإن رأسى سينفجر من كثرة التفكير، ولم أعد أعرف للطعام والشراب والنوم طريقا.. إننى أحب زوجى بجنون، ومستعدة لأن أكمل حياتى معه تحت أى ظروف، ولكن الانتظار دون معرفة المصير هو أسوأ إحساس للإنسان... علماً بأننا أخبرنا أهلنا من الجانبين أن العلاقة قد تمت بنجاح - فليسامحنا الله على ذلك - وبدأوا يسألوننا عن وجود حمل، يسألوننا بإلحاح بل بدأوا يطالبوننا بالذهاب إلى الأطباء لمعرفة سبب تأخر الإنجاب.. فأجيبونى بالله عليكم..

✍ ✍ ✍

يا فتاتى الجميلة.. اسمحى لى أولا أن أغبط زوجك أن رزقه الله بزوجة

على شاكلتك بالرغم من حداثة سنك وقلة خبـرتك، واسمحى لى أن أغبطك على حسـن أخلاقك وعلى فهمك الصحيح لمعنى الزواج والارتباط ولواجباتك تجاه زوجك الذى تـحبينه كـثيـرا كما أشـرت. . . والآن دعينى أجـيبك عن تساؤلاتك الواحد تلو الآخـر: أما ما حدث لكما يا عزيزتى فـهناك احتمالان، الاحتمـال الأول أن يكون زوجك صادقا فى كونه لم يشك من أعـراض سابقة ليوم الزواج أبدا، والاحـتمال الثـانى، أن يكون عرضـا أو فرضا قـديما عنده ولكنه كان محـرجا من الإفصاح عنه. . أما فى حالة الاحـتمال الأول - وهو الذى أرجحه - فهناك حالة نفـسية تصيب بعض الرجال أحياناً فى الفترة الأولى من الزواج نتيجة الضـغط النفسى الذى يسبق الزفاف سواء من ناحيـة المجهود الجـسـمانى أو النـفسى والعـصـبى من حـيث انجـاز بيت الزوجـية وكـثـرة المصروف. . الخ، وهذه الحالة تخـتلف تـسميتها حسب المدة التى تسـتغرقها بعـد الزواج، فهى تندرج فى المـدة من عنة ليلة الزفـاف "إلى عنة الأسبـوع الأول إلى الشهر الأول إلى "السنة الأولى. أما فى حـالة الاحتمال الثانى وهو ما أسـتبعـده فهناك طريقـة نقطع بها الشك باليـقين، وهى عـبارة عن اختـبار بالمـوجات فـوق الصوتيـة للقـدرة على اندفاع الـدم إلى الأعضـاء الجنسيـة (الانتصـاب)، وهى تجرى فى المـراكز المـتخصـصة فى أمـراض الذكورة أو مراكز الأشـعة، وحتى إن وجد عـيب أو سبب عضوى معـين، فإنه يتم آنذاك تشخيصه وتحـديد سببه. أما سؤالك الأخير عن كون الطريقـة الذى يتبعها فى اختبار نفسه صالحة أم لا، فهنا أقول حقيقة علمية بخصوص فـسيولوجية الرغبة والاستجابة الجنسيتين، إن الرغبة الجنـسية قوية جدا وعارمة جدا، ولكنها أيضا هشـة جدا وعـرضـة للانهيـار مع التـعـرض لبعض المنـغصـات، وأهم هذه

المنغصات هى إما الإفراط فى التركيز فى حدوث الانتصاب أو عدم التركيز فى التقاط الإحـساس الداخلى بالرغبة الجنسـية على الإطلاق، أو وجود آلام من أى نوع فى أى من أجـزاء الجسـم، كل هذه الأشـياء تتـنافى مع التلقائيـة التى يجب أن تتسـم بها العـملية الجنسية فى كامل مراحل دورتهـا فى الجسـم أما بالنسبة لزوجك فإنى أريد أن أقول له أنه طالما يخـتبر نفسـه ويضع نفسه تحت امتحان مكرر أيا كانت الطريقة المتبـعة، فإنه لن يصل أبدا إلى ما يريد تحقيقه بل سيصاب بمزيد من التوتر، وننصحـه بأن يترك هذه المسألة التلقائية ويذهب إلى الطبيب نفسـى ليساعده على تجاوز هذه المحنة وهذا التوتر.

○○○○

أنا زوج شاب عمرى ٨٢ سنة، تزوجت زواجاً تقليديا من إحدى قريباتى لـوالدتى، وقد زكاها الكثيـرون من سيدات العائلة وكـبارها فآثرت أن أخذ بخبرة الكبار ووثقت فى حسن اختـيارهم واستـخرت وتوكلت على الله وأتممت زفافـى منها، وتم الزفاف بسلام والحـمد لله، وكانت تغمـرنى سعادة كبيرة أنه قـد يسر الله لى أخيراً أن أوظف ميولى ورغبـاتى الجنسية فى الحلال وقد أغنانى الله تعـالى به عن الحرام، وخـاصة أننى كأى شـاب فى مثل سنى، كانت تحـتل الشهوة أحيـانا كل تفكيرى، وهذه أهم أسباب سـعيى للزواج من فتـاة ذات خلق ودين، حتى تحصننيمـن الوقوع فى الخطيئة، حيـث أننى شاب ملتزم منذ صـدر شبابى وكنـت أقاوم الحرام قدر اسـتطاعتى، وقـد أعاننى الله على ذلك بفضله تعالى.

وقد سرت بنا علاقـتنا الحميمة على خيـر حال، وتنليرا لمدة السنة الأولى من الزواج، أو بدقة أكثـر كنت أعتقد أن هذا هو خير الحـال، وهو الانتقال من الحرمان إلى الارتواء، ولكن، ومع مرور الوقـت، صارت تتكشف لى أشياء لم تكن فى الحسبان وقد بدأت التركيز فيها أكثر فأكثر، فلاحظت مثلا أن زوجتى لا تشاركنى فى العلاقة الخاصة إلا بكونها فقط مسـتقبلة، ولكنها غير متفاعلة، وأيضا لاحظت أنها تبـدو غير متحمـسة حين أدعوها للعلاقة وبل وكـانت غير سعيـدة أثناءها، ومع مرور وقت أطول لاحظت أننى أنا الذى يدعوها لـلعلاقة باستمرار، أما هى فلم تفعل ذلك أبدا، كما لاحظت أنها عادة ما تستعجل إنهاء العـلاقة بالرغم من كـونها لا تسـتغـرق أكثر مـن عشر دقـائق، وطالما سـألت وتسـاءلت أكثـر وأكثر، فـوجدت أن الكـثير مـن أصدقائـى الرجال، وخـاصة

صديقى الطبيب الذى ائتمنته على سرى وصـارحته بكل شـئ، والذى سألنى سؤالاً كان لى بمثابة المنغص الأكبر لحياتى الحميمة مع زوجتى، ذلك السؤال هو إذا كنت أشعر أثناء الجـماع نفسه بإثارة أعلى أم لا، وحين أجبته بأن ذلك لا يحدث، أرجع هـو كل شئ إلى أن زوجتى مصـابة بترهل فى جـدران القناة المهبلية، وهذه حالة ليس لها علاج، وأنـنى يجب أن أتعود على حياتى مـعها على هذه الحـال، وحـين بدأت التـركـيـز الفـعلى فى هذا الذى قـاله صـديقى الطبيب، وجـدتنى بالفعل لا أشعـر بتلك الانقباضـات المهبلية التى أشار هو إليها والتى تزيد كما قال من مسـتوى الاستمتاع عند الرجل أثناء الجماع. وقد نصحنى صديقى بأن أصـارحها بعيـبها حتى تتبصر به فـتكون على علم بسبب ضـيقى أثناء العـلاقـة إذا حدث ذلك، ولكنى تراجـعت عن تلك المـصارحـة حرجـا منهـا، فلم نتعـود أن نتحـدث سويا فى هذه الأشـياء بالرغم مـن مرور ستين على زواجـنا وبالرغم من أننا رزقنا بأول ولد لنا، أما الآن فـإنى أتساءل: هل من مخـرج مما أنا فـيه؟ وهل من حقـى الآن أن أتزوج من أخرى كى أنال حقى الـطبيعـى المشروع فى الـمتعـة الزوجيـة؟ أم هل يكون ذلك ظلمـاً لها؟ ولكن فى هذه الحالة ما ذنبى أنا فى الاستمرار فى علاقة زوجية مع امرأة ليست كاملة، والحصول منها على نصف المتعة أو أقل من ذلك؟

✍ ✍ ✍

يا سيدى .. إن كم الأنانية الذى يغلف حديثك يسـتفزنى، فأنت تتحدث كأنك الوحيـد الموجود على هذه الأرض، وكأن زوجـتك ليـس لها وجود، أو أن وجودها مرهون فقط.. وأكـرر.. «فقط» لتحقيق رغبتك الجنسـية وكمال

استمتاعك، فدعنا يا سيدى نواجه الواقع المرير سوياً واسمع منى هذه الحقائق العلمية المعروفة للأطباء المتخصصين والموجودة فى المراجع العلمية والموجودة من قبل كل ذلك فى القرآن والسنة، وهما الأحرى بالاتباع خاصة من رجل مثلك يحرص على الالتزام والتدين كما تقول وتصف نفسك:

أولا: لقد أشرت أن اللقاء الجنسى بينكما لا يستغرق أكثر من عشر دقائق، وهنا لى وقفة، فإن معنى ذلك أنه إما أنك مصاب بسرعة القذف أو أنك لا تجيد العلاقة الجنسية بشكلها الصحى والسليم والصحيح، أى بمراحلها الأربع، وأهم هذه المراحل هى المرحلة الثانية وهى مرحلة المداعبة التى تسبق الجماع الفعلى، والتى إذا ما تمت كما يجب تستغرق أكثر من ذلك بكثير، وفى ذلك يقول الرسولﷺ "لا يقعن أحدكم على امرأته كالبعير، وليكن بينكما رسول" . . إلى آخر الحديث، وهذا الرسول هو المقدمات التى ترقق المشاعر وتميل القلوب مما يساعد المرأة على تجاوز حيائها من زوجها، وخاصة فى أول فترة من الزواج. ويساعدها على أن تشعر هى الأخرى بالمتعة من علاقتها الحميمة بزوجها، كما يجهز الغدد المسئولة عن إشعارها بالمتعة وعن تسهيل إتمام العلاقة ذاتها، أما ما تفعله أنت من التقصير فيها، فهو ينعكس تماماً مع ما جاء فى القرآن فى الآية ٢٢٣ من سورة البقرة: "وقدموا لأنفسكم" وفى الحديث الشريف السابق الإشارة إليه، وأيضا ما جاء فى العلم الحديث والذى أثبت بما لا يدع مجالاً للشك أن هذه المرحلة هى الأساس فى إنجاح العلاقة الجنسية، وأنها كلما طالت مدتها زاد استمتاع كل من الرجل والمرأة، وانعكس أيضا استمتاع كل منهما على الآخر، مما يزيد من متعتهما

أكثر وأكثر.... وبذلك يتـضح لك أن العيب الأولى والأساسى يكمن فيك، إما لعرض أنت مصاب به أو لتقصير فيك فى الاهتمام بالمداعبة قبل الجماع.

ثانيا: لقد شكوت وشكوت من زوجتك و"عيوبها" وعدم سعادتها وعدم تفاعلها معك أثناء اللقاء الجنسى بينكمـا، ألم تفكر أنت لحظة واحدة فيما قد تكون هى تشـعـر به أو تشكو منـه، فلقـد أشرت أنك بـدأت تشكو من هذه الأشيـاء مؤخراً، أما هى فـمنذ أول أيام زواجكما وحالها كـما هو، وإن ذلك على شئ، فـإنما يدل عـلى أنها هى التى يجـب أن تشكو وليس أنت، ولكن حال الفتيـات فى مجتمعاتنا العـربية يكون دائما أميل للكتمان واسـتقاء كل ما يتعلق بالجنس من الزوج، بل أقلمـة النفس على ما يجدنه فى (الزوج) وهذا كل شئ، حيث أن الـزوج من المفتـرض أن تكون لديه الثقـافة الجنسـية التى يعلمها لعروسـة حيال زواجهما، وإذا أشفقنا على حال أحـد هنا فهو زوجتك المسكيـنة التى ارتضت بما وجـدت منك واعتقـدت أن هذا هو حال العـلاقة الجنسيـة التى كانت بكل المـقاييس غيـر مرضيـة لها قطعاً مع اتصـافك بهذه الأنانية وهذا الحال من عدم الإلمام والمعـرفة بالأمور الجنسية، وأهم جوانب هذه الأنانية هو عـدم أكتـراثك بمتعـة زوجتك وربما جـهلك بحقـها فى هذه المتعة أساساً. وإنى هنا أزعم أن زوجتك تتقـى الله فيك باستجابتها لك حين تدعوها، ولكنهـا لا تجد فى العلاقـة متعة، والخـطأ خطأك فى هذه الحالة، فكيف لهـا بالله عليك أن تطلب هى منك العـلاقة وكيف تـسـعى لشئ إن لم يكن ممتعاً بالنسبة لها فهو على أقل تقدير شئ وغير مُرضى!

ثالثـا: أود هنا أن أعلن على مسـألة الحيـاء والخجل بين الأزواج حـيال

بعض الموضوعات الخاصة بالعلاقــة الجنسية، ذلك الخجل المذموم الذى لا يوافق عليه أحد، والذى يؤتى ثمارا مرة فى معظم الأحيان، وهنا أتساءل، بناء على ماذا تخجل من المصارحــة فى هذا الموضوع؟ أهو حرام؟ أهو عيب؟ لا يا سيــدى لا هو عيب ولا حرام طالما بين الزوج وزوجــته أو العكس، ولكن العيب والحرام هومــا يفعله بعض الرجال من إثارة هذه الموضوعــات الخاصة فى لقــاءاتهم، والحديث كل عن عــلاقتــه بزوجتــه وقدرته الجنســية وطريــقة استمتاعه كما تــطوع وقام به صديقك الذى أشرت إليه، والذى نصحك كرجل فى مــباراة وليــس كطبيب، ولــو كان نصــحك كطبــيب لعلم أن لكل قــدرته وطريقته فى الشعور بالمتعة الجنســية وذلك لاختلاف المواصفات الجنسية بين البشر، وأخيراً أقــول لك: اسع يا سيدى للمعرفة الصحيــحة لأصول العلاقة، ولا تظلم زوجــتك مــجــددا برغبــتك أو حــتى مــجــرد تفكيــرك بالزواج من أخرى،كثير لعقاب على ذنب لم ترتكبــه بل ربما كانت هى المجنى عليها فى حقيقة الأمر!

○ ○ ○ ○

لقد طرقت أبوابا كثيرة قبل طرق هذا الباب ولكن دلني إحساس أنني سأجد آذانا صاغية لمشكلتي في بابك الموقر يا دكتورة، وخاصة بعد أن رأيتك مرة على إحدى القنوات الفضائية وأشرت وقتذاك إلى أنك تعاملت في خلال مشوارك العلمي مع المرحلة السنية التي يوجد فيها ابني حاليا وهي مرحلة المراهقة. فأنا أكتب هذه الرسالة بخصوصه هو وليس بالشكل التقليدي للرسائل في بابكم والذي تعودتم عليه وهو أن أحد الأزواج يكتب مشكلته ليجد لها حلاً، فأنا أرملة منذ أن كان عمر ابني هذا حوالي ٨ سنوات، وكان زوجي مغتربا أي أنه ليس له عم أو خال يحل محل هذا الأب الغائب، حيث أما أنا فلي شقيقة واحدة وليس لدي إخوة من الرجال، ولذلك فرض عليّ أن أحمل مسئوليتي الأب والأم معاً لابني له ولأخته التي تصغره بعامين، وحمدت الله على كل شئ ودعوته أن يقدرني على تحمل ذلك، ومرت السنوات الأولى بعد رحيل الأب بحلوها ومرها ولكن لم يكن هناك أحداث كبيرة إلى الحد المقلق، أما ما استجد الآن فهو أكثر من شئ، فلقد بدأ ابني في مرحلة البلوغ والمراهقة منذ حوالي السنتين وكنت أحمل هم كيفية مفاتحته في هذا الأمر، ولكنه لم يسألني فاعتبرت أن الله قد رأف بي وبحالي، وتركته قائلة أنه لابد أن هناك من سيعرفه هذه الأشياء، مثل المعلم أو أحد الزملاء مثلا، وبالفعل وجدته ما زال مواظباً على صلاته وصلاحه بفضل الله، ولكن ساورني بعض الشك ذات مرة فسألته: هل تعرف دواعي الاغتسال؟ فأجاب بالإيجاب، فاكتفيت بهذه الإجابة وقلت لنفسي أنه لابد أنه قد درس هذه الأشياء في مادة التربية الدينية في المدرسة، وطالما طمأنت نفسي بأنني أحسنت تربيته هو

وأختـه وأن الله سـيكرمنى فـيـهـمـا بإذنه تعـالى، ولـكنى لاحظت بعـد ذلك وتدريجيـا أن ابنى بدأ فى عدم الانتظام فى صلاته كأول عـهده، ثم بدأت أقلق ليــلا على صوت حــركـــة فى المنزل، وعندمـــا تكرر ذلك بـدأت أتبع هذه الأصوات ومـصدرها فـوجدتها تأتى من غـرفة المـعيشـة، واكتـشفت أن ابنى يدخل إلى الانترنت، وتحـديدا إلى المواقع الإباحيـة فيهـا، وتنصّت عليه ذات مرة وظللت واقفة مكانى قرابة نصف السـاعة وهو لا يشعر بوجودى، وفى تلك المرة اكـتشـفت أيضا أنه يمارس العـادة السـرية أثناء مـشاهدته لهـذه المواقع، وأسقط فى يدى، وأحســست فى هذه اللحظة أننى فشلت فى مهمتى مع أبنائى، أو بالأحرى مع ابنى تحديداً، ولم أعرف كيف أتصرف حيال الأمر، وظللت لا أنام لمدة أيام وأيام، وآثرت السكوت والمراقبة، وفوجئت ذات مرة أنه يتحدث تليفـونيا ليلاً مع إحدى الفـتيات وهو منغلق فى غرفـته، وحين حاولـت سماع الكلام الذى كـان يقوله لهـا وجدته كـلامـاً إباحيـا لا يليق، وعرفت أيضـا أنه يمارس العادة السرية أثناء هذه الأحاديث التليفـونية الليلية، وفهمت من كلامه ومنها ذات مـرة أنها هى الأخـرى تمارس العـادة السرية حـال حديثهـما مـعاً، ووجدت الدنيـا تسود فى وجهى وخفت من أن أفتح الموضوع معـه خوفا من انفلات أعصابى أو انفـعالى عليه مما قد يزيد الأمور سوءاً، واسـتشرت إحدى صديقـاتى المقربات (وهى لها ابن أكـبر من ابنى) باعتـبارها قد مر عليـها هذه الســن وهذه الظروف من قبل، فـقالت لى أن هذه الأشياء تحدث باسـتمرار بين الشباب والفتـيات، وأنها فترة حرجة ولكنهـا ستمر بسـلام. واتهمـتنى بالمبالغة فى انفـعالى وبأننى أعطى المـوضـوع أهميـة أكثـر من اللازم، ولكنى لم أرتح

لهـذه المحـادثة وظل الموضـوع شاغـلا بالى، وفى هذه الفـترة شـاهدت تلك الحلقة من البرنامج الحـوارى على إحدى الفضائيات كمـا أشرت، فقررت أن أكتب لك يا سيدتى لأستشيرك كمتخصصة، ماذا أفعل حيال كل هذه الظروف التى أشعـر أمامهـا بالعجز الشـديد، خاصة وأن النمـوذج الرجالى والأبوى فى حياة ابنى غيـر موجودة؟ هل أواجهه؟ هل أعاقبه؟ هل أعـرفه أننى أراقبه؟ هل أهدده بمنع المـصروف أو الحـرمان من الخروج مـن المنزل وحيـدا أو ما إلى ذلك؟ ماذا أفعل؟!

✍ ✍ ✍

سيدتى وأختى الفاضـلة:

رحم الله زوجك وأعانك على مـسئولية أبنائك خير عـون، يا سيدتى إن ابنك يمر بما يسمى بمرحلة المراهقة، وفى هذه المرحلة هناك محوران هامان ورئيســيان لابد أن نلقى لهما بالا، المـحور الأول هو التغيـرات الفـيولـوجية (الوظيفية) التى تحدث فى هذه السن، والمحور الثـانى هو التغيرات النفـسية، أما عن المـحور الأول فـأهم ما يميـزه هو هذا الكم الرهيب من الهـرمونات الجنسية التى تفرزه الغـدد الجنـسية وهى الخصيتين عند الذكر والمـبيضين عند الأنثى، فإذا أخـذنا فى الاعتـبار أن الرغبـة الجنسـيـة مرهونة بوجـود هرمون الذكورة عند الولد والبنت على حد سواء، لتـخيلنا الفارق الرهيب بين حجم الرغبة الجنـسية عند الولد (أكـثر بكثير) ومثيلتها عند الفتـاة (بقدر الكم الصغير الذى لديها من هرمـون الذكورة)، وبالتالى فإن الرغبـة الجنسية تفرض نفـسها عليهما (الفتى والفتاة) فى هذه السن، ومع أخـذ معطيات العصر فى الاعتبار،

مثل الانترنت والـقنوات الفضائية وتراجع التـقاليد والعادات الملزمـة بالتحفظ والحرص فى الـتعامل مع الجنس الآخـر فى شتى مـجالات الحـياة، واندثار المرجعية الدينيـة - إلا من رحم ربى - فلابد أن نستنتج أن لكل ذلك مضاره اللعينة والتى تشكين أنت من بعضها، ولنعد لحالة ولدك تحديداً: دعينى أقول لك يا سيدتى أنك أخطأت فى أول الأمر حين توقـفت أو أحرجت من مفاتحة ولدك فى أمور البلوغ والشئون المتعلقـة بالجنـس على اعتبار أن هذه هى مهمة الأب أو من يجئ مـحله فـقط، وركنت إلى أن هـناك من سـيتزل للفـتى من السماء ليزيح عن عاتقك هذه المهمـة، دون أدنى متابعة منك لما حدث حيال هذا الأمر، فإذا كنت قد تركت الأمر لصديق له كـما أشرت، فها هو الصديق قد قـام بما رأى أنه الصالح لولدك، وعـلمه من الأمر شـيئا ليس بالمـرغوب بالنسبة لك وبطريقـة تربيتك لأبنائك، أما الآن، فأنت بحاجـة لحل عملى لما وصلت إليـه الأمور، يا سـيدتى ابدأى ببناء جـسر للحـوار بينك وبين ولدك، وليكن ذلك بشراء أحـد الكتب المصورة عن جـسم الإنسـان بـكل أجهزته ومن ضمنها الأعضـاء الجنسية بالطبع، وابدأى بالحديث معـه عن عظمة الله تعالى فى خلقه، وعن ملاءمة ومـواءمة الأعضاء الجنـسية عند الرجل والمـرأة بعضها لبعض، وليـأتى ذكر الله كـثيرا فـى المحادثات من هذا النـوع، مع ذكر ثوابه العظيم للشباب الذين ينشأون فى طاعته، وكيف أنهم مفضلون على الكثير من خلقه، وليكن ذلك هو مجرد البداية لهذه الثـقة المتبادلة والحديث الدائر الذى كان دائماً فى انتظار مبادرة منك لذلك، وشيئا فـشيئا صارحيه بما علمت عنه، ولكن ليـس سريعاً، وليس بكل تفاصيله حـتى لا يشعر بالحرج الشديد من أن أحداً قـد رآه فى أخص خصوصـيات لحظات حيـاته، وأيضا أتـسـمى بالهدوء

الشديد واخـبريه أنك تفهـمين ما يشـعر به من جذوة الرغـبة، وأن ذلك شئ طبيعى لمن هم فـى مثل سنه، ومن هنا، وبعد أن تكـسبى ثقـته ويكون الحوار بينكمـا عـاديـا فى هذه الأمـور، يمكنك أن تبـدأى بـوضع الضـوابط لهـذا الأمر،وخشـية عقاب الله على من يضيع وقته فى معاصى كبيرة كتلك، أو على من يقيم علاقة غير بريئة يغلفها الحرام مع فتاة بدلا من المحافظة عليها كأخت له، وبالطبع يمكن لكل ذلك أن يختلف فى الترتيب والتـوقيت والمدة حسب شخـصية ابنك ومدى تقـبله للأمر، تلك الأمور التى لا أحـد أعلم بها منك، واعملى قدر إمكانك على كسب ثقته وتدعيم جسور الصداقة والحب بينكما.

أما المحور الثانى الذى يشـمل التغيرات النفسية فهـو يعرف باختصار بأنه انتقال الفـتى من مرحلة الطفولة إلى مرحلة النضج، وهى مرحلة انتـقالية لابد لنا أن نحترمها ونحترم معطياتها إيجـابياتها وسلبياتها، ويفيدك فى هذه الأمور المتخـصصون فى علم النفس وعلم التـربية أكثر منى، فـاستشيرى يـا سيدتى بخصوص أبنائك، فلا خاب من استـشار. أدعو لك مرة أخرى أن يعينك الله على مهمتك الصعبة وجـعلك خير أم لأبنائك وهداهما الله لك وجعلهما ذرية صالحة وقرة أعين لك ولأبيهما الراحل غفر الله له ولنا أجمعين.

أبدأ رسالتى بأن أشكر لكم أن يسرتم لنا متنفسا لهذا الباب القيم الذى يعالج أحد أكثر جوانب حياتنا أهمية وخصوصية على حد سواء، وهو الجانب الذى طالما تم إهماله وتعتيمه تحت ركامات الظلمة والتجاهل، ورغبة منى ألا أطيل عليكم، سأعرض قصتى بسرعة ولكن بعرض بعض التفاصيل التى قد تفيدك يا سيدتى فى الحكم الصحيح: أنا شاب فى منتصف الثلاثينات من عمرى، نشأت فى حياة قاسية للغاية بين الأم التى توفيت أثناء طفولتى المبكرة وأثناء وضعها لشقيقىَ الأصغر، وبين زوجة الأب التى حلت محلها، ولكن بالطبع مع فارق وجود الأم الذى يساند الطفل معنويا، وخاصة أن أبى لم يكن ذلك النموذج الأبوى الذى يسعد أو يشرف أو يستحق أن يحتذى به، فقد كان أبى مدمنا للخمر والعلاقات النسائية، بالرغم من كونه موظفاً ذا دخل محدود، وكان أول يوم فى الشهر هو يوم غم وهم ونكد بالنسبة لنا بدلاً من أن يكون يوم فرج علينا لتوافر النقود، فكان أبى ينتظر هذا اليوم لينطلق إلى ملذاته بغض النظر عما يحتاجه البيت أو الأولاد، وكان على زوجته المسكينة أن تدبر بأى طريقة مسألة نفقات البيت برغم عدم عملها، وإلا فازت بالشتائم والإهانات وربما اللكمات والركلات، وقد كانت مضطرة لاحتمال ذلك بعد أن أنجبت ولداً وبنتاً آنذاك، وقد كان من الطبيعى أن تفرز هذه الحياة شاباً منحرفاً لا يعرف معنى المسئولية، ولكنى واجهت الواقع المرير وتقبلته منذ الصغر بدون مساندة من أى أحد، وملأنى العزم والإصرار على أن أكون نموذجا مختلفا، مشرفا يحتذى به، وبدأت بالعمل صيفا والدراسة شتاءً، وكنت أستغل الدورات المجانية للطلبة فى اللغات والكمبيوتر حتى بدأت العمل فى الاقتصاد فى شركة متعددة الجنسيات منذ قبيل تخرجى وحتى الآن،

عمـرى الآن ٣٤ سنة - وقد وصلت إلى منصب قيـادى كبير فى هذه الشـركة، وبالطبع أتمتع بعـلاقات متـعددة وخاصـة مع الشخصيـات الهامة والعـامة فى المـجتمـع المحلى والبـعض من المجـتمـعين العـربى والعالمى، أكـتب هذه المقدمـة لأعرض مشكلتى الزوجيـة والتى أطلب عنها رأياً حقـاً محايدا - وأنا أعرف جيـداً أننى سأجده لديكم - فقد تزوجت من إحـدى قريبات والدى فى بلدتنا الريفـية حـيث لم أرد أن أتزوج من فـتيـات الوسط الراقى كيـلا تعيـرنى بأصلى، وقد تـخيرت هذه الفـتاة تحـديدا منذ ثمان سنوات وهى عـمر زواجى منها لأننى لاحظت عليها الفكـر التقدمى والطموح الكبير وأيضا سعـيها لتعلم اللغات فى مـعهد لغـات بالمركز المـجاور للقرية، وكـان أملها الكبيـر وربما الوحـيد أن تقـيم فى القاهرة وأن تقـتحم المـجتـمع الراقى الذى أصبـحت أنا واحداً منه، وبالطبع وجـدت فى ضالتها المنشودة، ووافـقت بالطبع دون جدل أو مناقشـة وكانت سـعيـدة للغاية بدخـولها إلى هذه النوعـية من الحـياة والتى بدأت بإقامـة حفل زفـافنا فى فندق خمـس نجـوم لم تحلم يوما بالدخـول إليه أصلا، ومنذ بداية حـياتنا الزوجيـة بدأت المشاحنات بينى وبين زوجـتى بكثرة طلبـاتها منى، وانتـقاد الكثيـر من تصرفـاتى، والتى منها التـطبيع والتبـاسط فى عـلاقتى بـبعض النسـاء البـارزات فى المـجتـمع بمـا تفـرضه مـتطلبـات هذا المجتمع، وحاولت إفهامهـا أن ذلك من متطلبات عملى، ولكنها لم تقبل بهذا التفسير، وظلت على حالها من التجـسس على تليفونى المحمول، فإذا وجدت رسالة من هؤلاء السيدات فيهـا بعض الكلمات الدالة على التقارب فى العلاقة (وهى علاقة صداقة بحتة) قامت قائمـتها ولم تقعد، حتى أنها كانت تصل إلى التهديد والوعيد وطلب الطلاق بالرغم من إنجابها لولدى التوأم آنذاك، وتزعم

دائما أنها على حق وأننى عـلى خطأ، والطامة الكبرى أنها تتمـادى لدرجة أنها تمنع نفسـها عنى فى الفراش وأحيانا تظل كذلك حـتى أبدأ أنا بالتقرب إليـها مضطراً لحاجتى لقضاء بغيتى منها بالرغم من عدم اقتناعى بوجهة نظرها، فهى لا تفهم عـمق ونوعية عملى وعـلاقاتى وأغراضى من تلك العلاقـات، وطالما يساورنى خاطر معين وهو أن كيف لها أن تعترض أصلا على أى من تصرفاتى وقد وفـرت لها حـياة وظروفاً مـعيشـية لم تكن لتـحلم بها، مـاذا لو كانت إذن زوجة لرجل مـثل أبى - رحمه الله - ؟ ألا تحـمد الله وتسـعى لإرضائى بكل السبل؟! إنى أتعجب حقا لشأن هذه المرأة التى لا تقدر ما وهبها الله من نعم! فأرجو منك يـا سيدتى توجيه كلمـة لها لإفهامـها واجبات الزوجة ومـتطلبات زوج مثلى وحياة مثل حياتنا بكل محتواها ورفاهيتها، وأيضا لإفهامها متطلباتى الجنسية وأن إحجـامهـا عن أداء هذه الوظيفـة الهامـة بالنسبـة لى قد يقـودنى للزواج من أخرى حيث أننى لا أرغب فى إقامة علاقة محرمة فى نفس الوقت، ومن السـهل على أن أجد فـتـاة تسعى لهـذه الحـياة المـرموقـة التى تحلم بهـا الكثيرات.. ولكننى أحب زوجتى وأولادى وأريدها أن تريحنى وتسعد بحياتها وتقدرها.

✍ ✍ ✍

يا سيـدى العزيز. . إن العظمة لله وحـده، هو المعطى والمـانع والمانح والنافع والضار، فأفق يا سيدى من غفلتك، فإنك لا تعتبر أن لزوجتك حقوقاً فى هذه الزيجـة، وحـتى أبسـط حقـوق الزوجـة مثـل غيـرتهـا على زوجهـا واعتـراضهـا على العـلاقات "المـتبـاسطة" له مع الأخريات، فـإنك تطالب

زوجــتك بأن تكون مجــرد تابع مطيع فى ســبيل هذه "الحــياة الرغــدة" وهذا الزوج الرائع الذى قلما يجود به الزمن !! يا ســيدى . . إن والدك ليس نموذجا مثاليا - رحمه الله رحمة واسعــة وغفر له - بل إنه ليس نموذجا طبيعيا للزوج أو الأب، وعلى ذلك فمقــارنة أى نموذج به سيكون بالقطع رابحــاً، فالنموذج المستــهتر دائما خــاسر أمام أدنى النماذج الأخرى، ولأنــك زوج طبيعى وأب طبيــعى فهذا ليس فــضلا منك، وكون زوجــتك امرأة طبيــعية ولهــا مثاليــاتها وتقاليــدها الثابتة واعــتقاداتها الراســخة والتى تتفق مع الــمعتقــدات والثوابت الدينية، فــهذا ليس عيــباً فيــها، وكونهــا تأتى من مســتــوى عائلى واجتــماعى متواضع، فهذا ليس عــيبا فيها، ولا شيئا مشينا أو مــخجلاً، وخاصة أنه نفس وسطك العائلى، ولكن سنحت لك الفرصة للترقى الوظيفى والاجتماعى، ولا أحد ينكر أنــك مجد ومــجتهــد ومخلص فى عــملك، ولكن أيضا ســاعدتك ظروف أخرى مــثل كونك تعيش فى الــقاهرة وأنك رجل ممــا أتاح لك حرية أكبر فــى التحرك والتنقل والتصــرف بشكل عام، وكما أنهــا تعتبر مــن وجهة نظرك مــحظوظة لأنها تزوجــتك، فأنت أيضــا محظوظ بفــوزك بامرأة شــريفة وعفيفة، تحفظك فى غيابك مثل حضورك، وتغار عليك من العلاقات الأخرى والرسائل "المــتباسطة" من النســاء الأخريات، بل إن وجود زوجة كــهذه فى حياتك هــو خير متاع الدنيــا حقا، وهو سند كبــير أيضا للآخرة حــيث تعفك وتحصنك ضد الشبــهات، وكونها تمنع نفسها عنك فى الفــراش فهذه "ليست علامــة هجر كما تظن أنت، ولكنهــا ربما كانت نوعــاً من الدلال المزوجة التى ترغب فى تقــرب زوجها منهــا، وربما هى عــلامة غضب مــما يحــدث حيث ترتبط هذه الناحية عند المــرأة تحديداً بالعاطفة والصفــاء النفسى قد تصل إلى

٨٠٪ من العلاقة الجنسية بأسرها، ولذلك تكون مردودا للعلاقة الحياتية بين الزوجين، أما عند الرجل فأحياناً ما تكون الوظيفة منفصلة عن العاطفة؛ فى تغليف هذه العلاقة، فيسعى الرجل لمجامعة زوجته وإن كانت علاقتهما الحياتية متوترة، مما يدهش الزوجة أحياناً من هذه التصرفات الغريبة بالنسبة لها.. فاحمد الله يا سيدى على نعمته بأن منحك زوجة صالحة وأولاد أصحاء، وامتدح زوجتك لكل صفاتها الحميدة تلك، فالإطراء يرقق القلوب ويزيد من القدرة على الإنتاج والقوة على الاحتمال، وتواضع لله يرفعك، واستوصى بزوجتك خيرا.

أنا شاب فى السابعة والعشرين من عمرى، تعرفت على العادة السرية عن طريق زملاء المدرسة حين كنت فى حوالى الثالثة عشرة من العمر، ومنذ ذلك الحين وأنا شبه مدمن لها، والآن أنا مقبل على الزواج، وما زلت أمارسها ولم أستطع منع نفسى من ممارستها بشكل شبه دائم ومستمر، والآن هناك العديد من الأسئلة بخصوص هذا الموضوع فأرجو أن يتسع صدركم لها وإجابتى عنها بأكبر تفصيل ممكن، فأنا فى غاية القلق على مستقبلى من ناحية العلاقة الحميمة مع زوجتى التى بالرغم من عدم وجود قصة حب بينى وبينها ولكنى أرغب من كل قلبى فى إسعادها فأكون زوجاً صالحاً لها وتكون هى أيضا الأم الصالحة والزوجة البارة.. وها هى أسئلتى:

١- هل يؤثر القيام بالعادة السرية على القدرة والفحولة، أى القدرة على الانتصاب وصلابته؟

٢- هل يؤثر على الخصوبة والقدرة على الإنجاب؟

٣- هل يمكن أن تلازمنى هذه العادة حتى بعد الزواج؟

٤- هل من المضر أن أستمر فى القيام بها بعد الزواج؟

٥- هل معرفة الزوجة بأن زوجها قد سبق له القيام بها، أو معرفتها بأن زوجها ما زال يمارسها شئ يمكن أن تتفهمه أو شيء لا يمكن أن تقبله أو تغفره؟

آسف للإطالة، ولكنى جربت العادة السرية واستمتعت بها ولكنى لم أجرب بعد العلاقة الحميمة ولا أعلم عما إذا كنت سأستمتع بها أيضا أم لا، ولذلك فأنا أشعر أننى مقدم على شئ مجهول أحاول أن أعرف أبعاده وما ما

ينفعه وما يضـره وما ينجحه وما يفشله. فأفيـدونى بهذه المعلومات وأشكركم مقدما على الاهتمام وسعة الصدر.

✍ ✍ ✍

أيها الأخ القارئ العزيز:

إن هذه المشكلة التى أثرتها هى مشكلة الغـالبية العظمى من الشباب، ألا وهى العادة السرية، والتى هى بمثـابة السلوى لهم فى ظل ذلك الفقر العاطفى وتأخر سن الزواج بسبب كـثير من الظروف الحياتيـة، وليس معنى كلامى هذا أننى أقـر العـادة السرية وأداءها بهـذا الشكل العـشـوائى الذى وصـفتـه أنت بالإدمـان، فهى لهـا ضـوابط دينية أولا وصـحيـة ثانيـا، ومع ذلك فللأسف يحدث، هذا فى كـثير من الأحيـان، ومن أكثر الأسبـاب التى تفرز هذا الأداء العشوائى المبالغ فـيه هو الفراغ وتوافر الوقت غير المثمر وغيـر المفيد وعدم استثماره فيما يفيد به نفسه وأسرته ومجتمعه. ولكن عموما، قدر الله وما شاء فعل، ولأبدأ إجابة تـساؤلاتك على أستطيع توصيل معلومة صحيحة لك لتهدأ نفسـك وتتكشف لك الأمور الغائبة عنك:

١- أما عن القدرة على الانتصاب وصـلابته، فالمغالاة فى أى شئ يؤدى إلى أسوأ العـواقب، وبالنسبة للقـيام بالعادة الســرية بمعدل أكـثر من اللازم، فأحيـاناً ما يحدث استهلاك وإرهاق للأنســجة الانتصابية فى العـضو الذكرى، فيتـرتب على ذلك انتصاب غير كامـل أحياناً، وأحيانا يكون الانتصــاب كاملا ولكن بصلابة ناقصــة، وفى أحيان أخرى يكون نقصان الفحـولة كاذباً، بمعنى

أنه ينتج العرض المسمى بسـرعة القذف، وتكون متغيرة فى شـدتها بحيث قد يحدث القـذف مبكراً جـداً قبل أن يصل الانتصـاب إلى أقصى مـداه، فيكون العيب هنا ظاهراً لـلشاب الممارس عـلى أنه عيب فى الانتصـاب فى حين أنه أساسـا عيب فى التـوافق العضلى العـصبى، والذى يؤثر بدوره علـى مراحل الدورة الجنسـية ممـا يؤدى إلى سرعـة القذف، والتى هى من أشـهر عـيوب التغالى فى ممارسة العادة السرية قبل الزواج.

٢- أما عن القدرة على الإنجـاب (الخصوبة)، فالأمـر أيضا مؤثر بشكل غير مبـاشر، أى أنه إذا استمرت معـدلات الممارسة للعادة السرية عـالية بعد الزواج، فـإن العدد المنوى (أى عـدد الحيـوانات المنوية فى السـائل المنوى المقذوف) يكـون قليلا مما يقلل من فـرص الإخصاب، ولكنها ليـست علاقة مباشـرة كما يظن البعض، فـإن الخصيتـين هما مصنعين للحـيوانات المنوية، وهذان المصنعان يعـملان ٤٢ ساعة كل يوم، أى أنهما لا يتوقـفان عن العمل أبدا، ولكن جهدهما يـقل تدريجيا مع التقدم فى السن مثلهـما مثل أى نسيج أخر، وأيضـا يقل جهدهما أحـياناً عند بعض الرجال مع الإسـراف فى العادة السرية بسبب الجهد الشديد والإضافى المطلوب منهـما باستمرار مما ينتج عنه إرهاق على مستـوى الخلايا المنتجة لهذه الحـيوانات المنوية، والتى هى نواة الإنجاب.

٣، ٤- أما عن ملازمة هذه العادة لك بعد الزواج، فهذا شئ يرجع لك، فلقـد أجمع الفقـهاء أن هذا شئ لا يصح مـن الناحية الـدينية طالمـا توافرت الزوجة الصالـحة ذات الصحة والعافـية والتى لا يمنعها شـئ عن زوجها وعن

إجابة شهوته فيها، ولكنى أحياناً ما أجد فى الرجال من المترددين على عيادتى هذا التراخى وذلك الاستسهال لما تعودوا عليه من شكل الاستمتاع وبذلك يفوتون على أنفسهم الكثير والكثير من فرص الاستمتاع الحلال، والذى تتوجه العلاقة السليمة والصحيحة والحلال بالزوجة، وهى الطريق الذى حبا الله به بنى آدم وقصد به أن يكون المتعة الكبرى، ووصفته الكتب المتخصصة فى العلوم الجنسية بأنه "متعة المتع". فمسألة تغير مصدر الاستمتاع واللذة من العادة السرية إلى الممارسة الجنسية أحيانا ما تكون فورية بمجرد الزواج، وذلك يستلزم إصرارا من الرجل أن يستكشف هذه المتعة الجديدة ويقبل عليها، وأحيانا ما تكون إرادته محدودة حيال هذا الأمر ويظل يستحضر الطريقة التى طالما استمتع بها، وبذلك يضع حائلا بينه وبين المتعة الكبيرة التى تنتظره إذا ما ترك لفطرته العنان ولم يعين عليها رقيبا يذكرها بما كان من طريقة بدائية فى الاستمتاع لا تقارن بعلاقته المتاحة مع زوجته.

٥- نأتى لموضوع تقبل الزوجة لفكرة قيام زوجها بالعادة السرية سلفا (أى قبل زواجه منها)، فأقول أن هناك بعض الفتيات اللاتى لا يعرفن ماهية العادة السرية، وعلى ذلك فليس من الضرورى إخبار هذه النوعية من الفتيات بمثل ذلك - أما إذا كانت تعرف عنها بعض الشئ أو كل شئ، فسوف تكون قد عرفت بالفعل أن زوجها لابد وأنه قد مر بها ولو من باب التجربة، ولا داعى لإخبارها آنذاك بأنك كنت تمارسها بهذا المعدل المبالغ فيه، كيلا تقلق على مستقبلها معك.

أما عن ممارسة العادة السرية بعد الزواج، فهى لا شك بجانب كونها

حرام بإجماع العلماء - ولكنها أيضا مـهينة للزوجة إذا لم يكن هناك ما يمنعها من إجابة زوجها لشهوته.

أرجو أن أكون قـد قدمت لك بعض المعلمـات المفيدة، كـما أرجو لك التوفيق فى حيـاتك الزوجية القادمة والتى أدعو لك بأن تكون سـعيدة ومديدة بإذن الله.

ابنتى العزيزة د. هبة

أقـول ابنتى العزيزة لأنـنى طاعن فى السن وأكـاد أشعـر أننى دخلت إلى مكان لا يخـصنى، ولقد منعت نفـسى مراراً أن أكتب لك، ولـكنى وجدت أن بداخلى شـعوراً أقـوى من الخجل يدفـعنى دفعـاً لأن أكتب لك عن مـشكلتى وأستشيرك فيها علنى أجد جوابا شافيا حتى وإن لم يكن مطمئناً.

فأنا يا سيدتى العزيزة أبلغ من العـمر ٦٧ سنة، ولكنى أجد فى نفـسى حتى الآن الرغبـة الجنـسية كـبيرة، وخـاصة أننى تزوجت بعد الأربعـين وأن زوجتى تصـغرنى بنحـو ١٦ سنة، ولكن المشكلة أننـى لا أجد أن أعضـائى أصبـحت تسعفنى للأداء الذى يرضينى أو يرضى زوجـتى، ففى السنوات الـست الأخيرة لم يكتـمل أى لقاء جنسى بيننـا لآخره، مـما ينغص على أوقـاتى ويؤثر بشكل سـلبى تماما على الحـالة النفسية والمزاجيـة لزوجتى التى لا تتورع أن تنظر إلي نظرات اتهام فى منتهى القســوة ولا تطيق منى كلمة، ولا تنفذ لى أمراً منذ ذلك الحـين.. وانقلب البيت شيـئا فـشيـئا إلى سـاحة لـلمداوة الصـمتـة مع بعض الانفجارات المتقطعة.

أما عـن حالتى الصـحيـة بشكل عام فلقـد سبق لى إجـراء عمليـة للقلب المفـتوح لتغيـير صمـامين فى القلب، وعمليـة أخرى لتغيـير شريانين تاجـيين وتركـيب دعـامـة، هذا فـضلا عن أنـنى مصـاب بداء السـكر منذ أن كنت فى الأربعين من عمرى.. والآن أعيش فى عـذاب، وأشعر أن العدو ورائى والبحر أمامى، فأنا أشعر بالرغبة العارمـة، ولا أملك القدرة لأداء احتياجاتها، ولو كان الأمر يخـصنى وحدى لمـا كانت هناك مشـكلة، ولكن لى شريكاً فى المســألة

ذاتها، وأن ذلك الشريك (وهو زوجتي) لا يرحم، ولا يترك فرصة لا معنوية ولا كلامية إلا وذكرني بتقصيري وعجزي.. فهل هناك حل لمشكلتي؟ لقد سألت أحد الأطباء المتخصصين ذات مرة فنصحني بالحبة الزرقاء (الفياجرا) - ولكني جربتها، وأحرزت نتيجة مرة ولم تحرز نتيجة في المرات التالية، وقد كانت زوجتي تضغط علي نفسيا وخاصة في المرة الثانية وكأنها تتربص لفشلي حال أدائي في هذا الاختبار العملي، وقد كان بالفعل أن فشلت وكانت هذه هي الطامة الكبرى.. فهل من خلاص لما أنا فيه.. أغيثيني يا ابنتي أكرمك الله.

✍ ✍ ✍

أيها الوالد العزيز. . . إني أشفق عليك من هذا الكم الهائل من الحزن والانفعال الضار بحالتكم الصحية، في حين أن حالتك لا تستدعي هذا اليأس ولا هذه النغمة الحزينة في حديثك، فلكل شئ حل بإذن الله، أما عن حالة العجز الجزئي أحيانا والكلي أحيانا في الانتصاب، فهي قد تكون ناتجة عن الالتهابات المزمنة في الأعصاب والشعيرات الدموية الطرفية والتي قد تصاحب مرض السكر بعد هذه السنين الكثيرة من حدوثه، وخاصة إذا كان العلاج غير منتظم أو غير دقيق، أو أن يكون المريض غير مواظب على العلاج أو المحافظة تجاه تغير بعض النوعيات الممنوعة في الطعام، وقد تكون هذه الحالة أيضا بسبب تصلب في الشرايين عموماً، والدقيقة منها على وجه خاص مثل تلك التي تغذي المنطقة التناسلية والأعضاء الجنسية، فينتج عن ذلك نقصان في التغذية الدموية وبالتالي التغذية الأوكسيجينية اللازمة لبقاء تلك الأعضاء في كامل لياقتها وأدائها، وينتج ذلك في حالة زيادة نسبة الكوليسترول

فى الدم، أو فى حالة الاستمرار فى التدخين لمدة طويلة، أو تدخين عدد كبير من السجائر يومياً، ولو لمدة ليست طويلة، ويساعد على ذلك أيضا التقدم فى السن، والإصابة بأى من الأمراض المزمنة مثل مرض السكر، ولكنى أتحفظ على استعمالك للفياجرا دون سؤال طبيب القلب الخاص بمتابعة حالتك عما إذا كنت تستطيع ذلك أم لا، إذ أن للفياجرا أعراضاً جانبية لها تأثير على وجه الخصوص على الجهاز الدورى والقلب والأوعية الدموية، وليؤخذ رأيه أيضا فى البدائل المثيلة للفياجرا أو المتاحة فى السوق الدوائى بأعراض جانبية أقل وطأة.. ولكن لا يفتى ومالك فى المدينة، فلابد أن يقر طبيب القلب المعالج لك ذلك بما فيها الجرعات وتنظيمها والمسموح به حيالها، والحدود التى يجب الوقوف عندها إذا كان التناول مسموحاً به أصلا. ولكن دعنى هنا أقول شيئا يخص الفياجرا، فهى ليست عصا سحرية كما يظنها البعض، ولكنها مجرد أداة للاستجابة للرغبة الفطرية الموجودة بالفعل، فهى لا تخلق الرغبة، ومسألة وجود الرغبة هى هبة من الله سبحانه وتعالى، وبالرغم من كونها بتلك القوة المعروفة، ولكنها أيضا هشة جداً وعرضة للامتناع بل للانهيار إذا ما صاحبها أى من المنغصات، وهذا ما حدث معك فى المرة الثانية من استعمالك لها، فزوجتك كانت تضنعك تحت الاختبار نفسيا ومعنوياً، مما يتنافى مع تلقائية الرغبة وانسيابها العاطفى، وبالتالى انتفت وظيفة الفياجرا وامتنع أداؤها.

أما عن العلاج لحالتك إذا لم تكن الفياجرا تصلح لك، فهو يبدأ أولاً بعمل فحص بالموجات فوق الصوتية لاختبار تدفق الدم إلى العضو، ولتحديد

موقع المسئولية عن الحالة التى تشكو منها، فإذا كان السبب قابلا للعلاج، فتلك نعمة من الله وفضل عظيم، أما إذا كان هناك من الأسباب ما يمنع الانتصاب تماما، بحيث يظهر مشكلة لا علاج دوائى لها، فهنا يجب استشارة طبيب لأمراض الذكورة للسؤال عن إمكانية تركيب ذلك الجهاز الذى يمكن به الاستعاضة عن الانتصاب الطبيعى، ولكن لكل حالة ظروفها، ولكل شخص ما يوافقه ويناسبه، وأيضا ما لا يوافقه ولا يناسبه، وأعلم يا سيدى العزيز أن كل ذلك هو ابتلاء قد كتبه الله عليك، وينتظر منك الحمد الكثير والمواظبة على الدعاء الذى قال عنه رسول الله (ص) أنه يتصارع مع القضاء فى السماء، فاجتهد فى الدعاء لخالقك العظيم والذى فى يده البلاء والقضاء، والقادر على رفعهما وعلى تبديل الأقدار، وهو خالق الداء والدواء، وتذكر قوله تعالى: "وإذا مرضت فهو يشفين" .. فما الطب والدواء إلا أسباب تسعى لتحقيق ما كتب الله لابن آدم.. وأخيراً دعنى أهمس فى أذن زوجتك فأقول لها يا سيدتى.. ماذا لو كان الله قد ابتلاك بدلا من زوجك بأى من الأمراض التى لم تكونى لتستطيعى معها القيام بواجباتك الجنسية أو غيرها؟! أكنت لترضين رد فعلك هذا منه؟! لا أعتقد، بل إننى متأكدة من أنك كنت لتصفينه وقتها بالجحود والغدر وعدم الوقوف بجانبك فى محنتك.. فما بال المرأة التى هى مصدر الحنان والابتسامة والرضا والتسامح فى الأسرة... أترك لك هذا التساؤل لتجيبى عنه بضميرك قبل لسانك.. هداك الله وهدانا جميعا لما يحب ويرضى وشفاك يا سيدى وعافاك.

أيها القراء الأحباء:

أحببت أن أغير النمط الذى تعودنا عليه سويا لكثرة ما جاءنى فى الفترة الأخيرة من أسئلة قصيرة ومباشرة، فأحببت أن أخصص المساحة القادمة للإجابة عن هذه الأسئلة القصيرة، والتى تحتاج فى معظم الأحيان إلى إجابات مباشرة.

سيتم زفافى قريبا.. وسمعت أقوالا متضاربة حول عورة الرجل بالنسبة لزوجته والعكس.. فما هى حقيقة الأمر؟ وهل من المفيد من الناحية النفسية كشف الزوجين كل منهما عورته للآخر؟ أم أن ذلك يعتبر تجرداً حيوانياً يتعارض مع الحياء الإنسانى؟

أيها السائل الكريم. قال الله تعالى فى سورة «المؤمنون» فى وصف عباده المؤمنين: ﴿ وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ ۝٥ إِلَّا عَلَىٰ أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ ۝٦ ﴾

يا سيدى، إن الله سبحانه وتعالى، وهو الخالق العظيم قد رفع الحرج واللوم عن كشف العورة بين الأزواج والزوجات، وقد ورد عن السيدة عائشة رضى الله عنها حينما سألها الصحابة سؤالا مشابهـا: "كنت أراها منه وكان يراها منى"، تقصد عورتها وعورة رسول الله صلى الله عليه وسلم كما ورد عنها أيضا أنها كانت تغتسل مع الرسول ﷺ من إناء واحد، مما يفيد التجرد من الملابس تماما أمام بعضهما البعض، هذا من الناحية الدينية التى هى الشئ الثابت الوحيد فى حياتنا أمام جميع المتغيرات الأخرى من عادات وتقاليد ومعتقدات وأعراف وغير ذلك.

أما من الناحية الفطرية، فعلم النفس يقول أن الزوج أو الزوجة لهما من بعضهما البعض ما ليس لسواهما، وهذا يؤكد شعورهما بالانتماء الواحد للآخر بهذا الشكل الذى هو غاية فى الخصوصية، والذى يمنع فيه كل من هو دون الزوج بالنسبة للزوجة والعكس، وهذا مفيد جداً من الناحية النفسية لأنه يؤكد ذلك الشعور بالتقارب النفسى والوجدانى، كما يؤكد الشعور بخصوصية المكانة التى يتمتع بها كل طرف للآخر أما عن الحياء الإنسانى الذى تحدثت عنه فهناك منه ذلك الحياء المذموم الذى لا يفرز إلا التباعد النفسى وعدم الشعور بالارتياح والالتحام بين الكيان الزوجى بطرفيه، وذاك النوع هو الذى يشمل خجل أحد الأطراف من الآخر كيلا يتشبه بالحيوانات كما يزعمون، أو ليس من الأولى بنا أن نتبع سنة رسولنا الكريم فى هذا الموضوع؟ أو ليس هو (؟) سيد الخلق أجمعين؟ أو لم ترفع مكانته إلى أعلى عليين؟ يا سيدى إن العلاقة الزوجية هى العلاقة الوحيدة التى وصفها الله سبحانه وتعالى فى كتابه العزيز بـ "الميثاق الغليظ"، لأنها تختلف عن أى علاقة إنسانية أخرى، فلا حدود للعورات فيها، وإن لك من زوجتك ما ليس لأبيها ولا لأخيها ولا حتى لابنها، ولها منك ما ليس لأمك ولا لأختك ولا لابنتك، فتوكل على الله واستمتع بزوجتك كما تشاء، ولكن تجنب المحرمتان فى العلاقة وهما الجماع أثناء الحيض (الدورة الشهرية) والجماع فى الدبر (من الخلف) أما ما دون ذلك فهو لك ولها حلالا طيبا بإذن الله. بارك الله لكما، وبارك عليكما وجمع بينكما فى خير.

هل يجوز للمرأة أن تخبر زوجها أنها لا ترتاح معه جنسياً؟

يا سيدتى السائلة الفاضلة. . .

إن كل شخص، رجلاً كــان أو أمرأة، يستطيع بل يجب أن يخــبر شريكه فى العلاقة الحميمة ما يريد، وهنا أريد الإشارة إلى نقطتين:

الأولى: أن الحــوار لابد ألا ينقطع بين الزوجين وأن يظلِ هنــاك تواصلا وحواراً دائرا فى كل الموضوعات وعلى كل المــستويات بين الزوجين، وحتى أثناء الجــماع. . نعم أثناء الجــماع، وأرجو ألا يصــاب القارئ بالهلــع والفزع لشئ ربما لم يطرق من قبل، ولــكن الله قد خلق لنا لسانا وشفتــين لكى نعبر عن أنفسنا وعما نشعر، وكمــا نعلم أن لكل إنسان قالبه الجنسى المختلف عن الآخر، إذن كيف لأحــد الزوجين أن يتعرف على قــالب الآخر الجنسى إذا لم يكن هناك تواصلا كــلامياً بينهــما يعبر به كل منــهما عن متــعته من عدمــها، ومقــدارها وزيادتها وقلتــها، وكــيفــية الاستــزادة منها، لابد أن يــحدث ذلك بالتــواصل الكلامى بين الزوجين فى كل الأوقــات والظروف ولكن يا ســيدتى أعــود فأقــول أن للكلام فناً، فلابد من اخــتــيار الألفــاظ المناسبــة، والوقت المناسب، وأيضا طريقة العــرض المناسبة، كما أنه من المــستحســن أن تبدأى الحديــث مع زوجك بالكلام الجمــيل واللطيف والذى يملأه لــك حباً بحــيث يصعب عليه بعد ذلك رفض أى طلب لك.

الثانية: يا ســيدتى، إن هذا السؤال يفرض إجابته بنفــسه، فلابد أن تكون الإجابة بـ "نعم" دعينى أقول لك لماذا أقول ذلك، أقول ذلك لسببين:

السبب الأول: إذا لم تصــارحى زوجك بذلك فمن تصارحيــه! لقد كتب

الله علينا تحريم كشف علاقاتنا الحـميمة عن سائر الناس، لكون ذلك قدرات شخصية متغيرة ومختلفة بين كل شخص وآخر، وعلى ذلك فقد ضاقت عليك دائرة المصارحة بحيث لا تشمل إلا زوجك.

السبب الثاني: إنك إذا لم تصارحيه، فهل يكتب عليك الحرمان من متعة قد كتبها الله لك، بل أحلهـا لك؟ هذا شئ بالطبع غير منطقى بالمرة أن تظلى محـرومة من تلك المتـعة التى خص الله بهـا الإنسان دون سائر المـخلوقات والذين يقومون بهـذه الوظيفة فقط بغرض التناسـل وحفظ النوع وليس بغرض الاستـمتـاع مثل بنى البـشر. وبناء على ذلك اقـول لك يا سيـدتى، صارحى زوجك، واسعيا معاً لاسـتكمال متعتكما الناقصة بسبب عدم مـشاركتك فيها، حيث أن اسـتمـتاعك سيـعود على زوجك بعظيم الأثر وزيادة فى كم مـتعـته ومقدار نشـوته - وهذا ما يجهله الكثير مـن الرجال - ولذلك أقول لك أنك بمصارحتك له ستخدمينه كما تخدمين نفسك باستعادة أحد حقوقك التى كفلها الله لك من فوق سبع سماوات.

هل من المـفـروض أن آكل أكـلات مـعـينة فى ليلة الزفاف؟

هذا أيضا سؤال مهم للغاية لأنه يطرق أبواب الكثير من الاذهان ربما دون إجابة شـافية، فـقد ترددت بعض الأقـاويل عن "شوربة الكوارع" و"الحـمام المحـشى" والجمبرى والاسـتاكوزا، وأنا هنا أقول من منبـر العلم البحث أن الأكـلات التى تحتـوى على الكثيـر من الدهون والنشـويات والسكريات هى بشكل عام تعطى وظائف الجسم بسبب ثقلها على الجهاز الهضمى واستهلاكها لكمية من الأوكسجين مما يتعارض مع نشاط سائر الأجهزة الجسمانية الأخرى بما فيهـا الأعضاء الجنسية. على الجانب الآخـر، الأكلات التى تحتوى على الفيـتامـينات والأملاح المـعدنية ومـضادات الأكـسدة هى التى تكفل التـغذية الأوكسيجينية للأعـضاء والأنسجة بما فيها الأعضاء الجنسـية أيضا، مما يكفل لهـا النشاط الـمرضى والأداء الـسليم.. ومـن ذلك نـستنتـج أن الحمـام والبط وسائر اللحوم المحتوية على نسبـة دهون عالية لا تـساعد فى ليلة الزفاف وعلى العكس الأسماك بأنواعها والخضراوات والـفاكهة تساعد بشكل عام على الأداء الـسوى لجميع أنسجة الجسـم وأعضائه.. وأهمس فى أذنك بكلمة أخيرة أقول أن الشاب الفتـى بشكل عام لا يتأثر بنوعيـة الأكل فى ليلة الزفاف.. أتم الله لك الزواج على خير..

✉ سمعت أن القيام بالعادة السرية يؤثر على القدرة على الإنجاب في المستقبل، وأنا شاب ومتعرض للفتيات باستمرار حيث أننى طالب في الجامعة وغير قادر على الزواج فى الوقت الحالى، وفى نفس الوقت لا أقدر كبح جماح شهوتى إذ أنها تملك على تفكيرى وتمنعنى من التفكير والتركيز فى أى شئ آخر، ولا أجد سلواى إلا فى العادة السرية حيث أننى أخاف الله ولا أحب الوقوع فى المحظور، ولكنى قلق حين سمعت عن مسألة التأثير على القدرة الإنجابية فى المستقبل فما هى حقيقة هذا الأمر؟

✍ ✍ ✍

أيها الشاب العزيز: إن العادة السرية هى طريقة لتصريف الشهوة والرغبة الجنسية التى أحياناً ما تتملك على الشاب كل تفكيره كما أشرت، ولكن القيام بها بهذا الإصرار وهذه الاستمرارية هو عين الخطأ، وأنا أزعم أنك تعانى من فراغ جزئى أو كلى وعلى ذلك هناك تلك الطاقة المكبوتة بداخلك التى لا تجد لها مخرجا إلا فى تلك الانفعالات وهذه الأفكار التى تتملك عليك وجدانك وتفكيرك، ولذلك أود أن أبدأ إجابتى على سؤالك بنصيحة مبدئية وهى ممارسة رياضة بدنية بشكل سريع وضرورى، وإن لم يكن لديك نادى رياضى تذهب إليه، فليكن ذلك فى صورة ذهاب إلى أندية اللياقة البدنية "أو الجيم"، أو حتى الانتظام فى الجرى أو على الأقل فى المشى ولو فى الحي الذى تسكن فيه فى أى طريق ممهد، لمدة حوالى ساعة لثلاث مرات أسبوعياً على الأقل، وستلمس النتيجة بنفسك من حيث الهدوء النفسى الذى ستشعر به، هذا إلى جانب الفوائد الأخرى التى تعم من الممارسة المنظمة للرياضة

من حيث تحسين الحالة المزاجية، وتنشيط الدورة الدموية مما يحسن من الحالة الصحية لكل الأعضاء والأنسجة الجسمانية بما فيها الأعضاء الجنسية، ويزيل الشعور بالاحتقان فى تلك الأعضاء، هذا الاحتقاق الذى يتسبب فى ذلك الشعور بالرغبة الجنسية الزائدة.

أما عن العادة السرية، فنعود لها فنقول أن الحديث من الوجهة الصحية البحتة يفيد أن الإسراف فى أى شئ هو ضار بالصحة، لأنه يتعلق بنشاط للغدد والأنسجة، بما فيها الأنسجة الانتصابية الموجودة فى العضو الذكرى والتى قد تصاب بالترهل أو نقصان الصلابة، أما عن القدرة على الإنجاب فهى خاضعة لنوع من الخلايا الموجودة فى الخصيتين، ويحدث فيها تخليق الحيوانات المنوية بشكل متدرج، فتنتقل الخلية الأولية من طور إلى طور حتى تصل إلى الشكل الأخير النهائى المعروف بالحيوان المنوى، أى أن الخصية هى بمثابة مصنع لهذه الحيوانات المنوية، وهذا المصنع يعمل ٢٤ ساعة يوميا، وحين يخرج هذا الحيوان المنوى إلى العالم الخارجى عبر المجرى البولى التناسلى، يكون قادرا على البقاء حيا لمدة حوالى ٤٨ ساعة إذا لم يقم بتخصيب إحدى البويضات وعلى ذلك فلا علاقة بين العادة السرية والقدرة على الإنجاب إلا إذا كانت تحدث - أى يقوم بها الرجل - أثناء زواجه، مما ينقص من عدد الحيوانات المنوية المتاحة للتخصيب، هذا فضلا عن كونها محرمة بعد الزواج إذا كانت الزوجة موجودة ومتاحة للقيام بوظيفتها الجنسية كزوجة.

فيا أيها الصديق العزيز، أشغل نفسك بنشاط رياضى، ومن الأحسن أن تنشغل بنشاط اجتماعى آخر مثل الانضمام لإحدى الأسر أو النشاطات الطلابية

فى كليــتك، واهتم أكثـر بدراستك وبــالقراءة التى تفـيدك فى دراســتك وفى حياتك عموماً، ولا تلجأ للعادة السرية من باب استحضار الشهوة، فهذا محرم ومكروه وضــار بشكل عام، فــإذا جربت هذه البــدائل، ستــجدها نافــعة لك ومناسبة لظروفك، بإذن الله.

✉ أنا شـاب عمرى ٢٨ سـنة، مقـبل على الزواج للمرة الرابعـة، أى أننى تقـدمت لخطبة ثلاث فـتيـات من قبـل، وكنت دائما أتوقف قـبل خطوة عقـد القران حيث أني عـادة ما كنت أخاف من حقيـقة أخلاقيات الفتـاة، وكان دائما يساورنى شك فى سـلوكها من قـبل دخولى إلى حيـاتها، والآن، ومع اقـتراب موعـد عقـد قرانى، وبالرغـم من أننى قد أطلت فى فـترة الخطوبة هذه الـمرة، وبالفعل بدأ قلبى يميل لها، بدأت الوسـاوس تعود إلى من جديد، وقد حاولت الإقـدام على سؤالـها عـمـا إذا كان لهـا مـاض مع غيـرى من ناحـيـة العلاقـة الجسـدية، ولكنى تراجـعت فى آخر لحظة لوم أجـرؤ على ذلك والآن أريد أن أسأل، كيف لى أن أتأكـد من عذرية خطيـتى قبل الزواج؟ وهل من سـبيل آخر سوى العرض على طبيبة متخصصة؟ أم هل على أن أفسخ هذه الخطوبة ونحن ما زلنا "على البر" كما يقولون؟ أرجوكم أفـيدونى فإننى فى غاية الحيرة وأكاد ألا أنام ليلا أو نهاراً.

✍ ✍ ✍

أيها الأخ العزيز..

من المـؤكد أن هناك فى حـياتك قـصة هى التى رسـبت فى داخلك هذا الوسواس الذى يكاد أن يكون مرضـيا، بل قهريا، ربما تكون هذه القـصة قد حدثت لك شـخصـيا أو لأحـد من حولك، إذ أن هناك الكثـير والكثـير من الخطوات التى تسـبق المرحلـة التى أنت فيـها الآن، فـهناك مرحلة أختـيـار العروس، ثم الســؤال عنها، ثم التـأكد من المعلومـات التى وصلت إليك ثم التقدم لخطبتها، ثم مجالستهـا للتعرف عليها وعلى أسرتها، ثم إتمام الخطبة،

ثم الشروع فى خطوات الزواج، ثـم عقد القران، ثـم الزواج.. فأين كنت يا سيدى طوال الفترات السـابقـة؟! ثم هل من اللائق أن تتحمل كل عروس تتقدم أنت لها لـلارتباط بها مـا يدور فى ذهنك من وساوس؟ ثم إنك لـم تسرد فى رسـالتك أية عـلامـات ربمـا تكون قـد دعتـك لشكوكك هذه.. أى أن هذه الشكوك هى من نسج خـيالك وحـدك، ليس لها أسس ولا قـرائن ولا أدلة، والناتج المنطقى لكل ذلك هى أنهـا باطلة، باطلة، باطلة.. ولقد استـوقفنى شئ فى غاية الأهمية فى رسالتك؛ ألا وهو إقـدامك على سؤالها عما إذا كان لها علاقات جسدية سابقة أم لا!! يا إلهى !! كيف لك أن تتصور أن هناك فتاة سوية على وجه هذه الأرض يمكن أن تتقبل سؤالا كـهذا من خطيبها؟! وحتى لنفرض جـدلا أنها أجابتك بالسلب، فـمن ناحية أنك لن تصـدقها استـمراراً لنسيج الشك المرضى المـوجود بداخلك، ومن ناحية أخرى أنهـا ستكون قد أهينت إهانة عـمـيقـة، بل إهانة لا تداوى بأى شئ بعـد ذلك، وسـيكون من الطبيعى جداً أن تتطور الأمور بينكما إلى انتهـاء العلاقة بسبب شكك فيها وفى سلوكها ممـا لا تقبله أية فتاة حيـة سوية خليقة.. أما عن سؤالك عن كـيفية التأكد من عـذرية فتاتك قبل الزواج، فهو لا سـبيل له إلا عن طريق الفحص الطبى كما أشـرت، ولكن السـؤال هنا: من تلك الفتاة التـى قد تقبل بذلك؟! لابد أن تكون فتاة ليست ذات خلق ولا عفاف وليست سليلة لأسرة مـحترمة محافظة، وعلى ذلك فهى شروط تنتفى معهـا صفة الارتباط الصحيح أساساً، يا فتانا العـزيز، انفض عنك هذه الأفكار السيئة، واستـخر ربك وتوكل عليه، وخذ بالأسبـاب حيال ارتباطك بـزوجة مستقـبلك ومشوار حيـاتك.. فإذا لم تستطع فعل ذلك وظلت الوساوس والظنون متسلطة عليك، فلتذهب لاستشارة

أحد الأطبـاء النفسـيين. لأن تفكيـرك هذا علامـة لإصابتك بالمرض النفسى المسـمى بالوسواس القهـرى، والذى تستطيع التـخلص منه والتصرف حـياله بمساعدة أحد الأطباء النفسـيين. . وفقك الله لما فيه سواء السبيل.

✉ أنا زوجة شـابة أعمل فى وظيـفة مـرموقة، وهى وظيـفة حكومـية ولكن لها مكانتهـا فى المجتمع، وزوجى يعمل فى مركـز مرموق أيضا، ولكن يستدعى عمله منه أن يسافر إلى إحدى المحافظات البعيدة لمدة ثلاثة أسابيع شهريا، وبالتالى يكون لقاؤنا فقط لمدة أسـبوع شهرياً، وقد بدا هذا الحال قبل زواجنا بفترة قصيرة، ولم نمكث سويا لفترة إلا فترة شهر العسل، والتى سافرنا خلالهـا لمدة عشرة أيام، ولكن لم تحـدث خلالها تقريبـاً علاقة جنسيـة حيث كانت لدى الدورة الشـهرية يوم الزفاف ولمـدة أربعة أيام بعدها، ثم فى السـتة أيام التالـية، بدأنا المحـاولات لإتمام الجـماع ولكن لم ننجح فـيهـا إلا مرات قليلة جدا فى الأيام الثلاثة الأخيرة لشهر العسل، وفى اليوم التالى لشهر العسـل مباشـرة، كـان على زوجى التوجه إلى محافظتـه البعيدة كما كـان على استئناف عـملى، إلى أن جـاء بعد ذلك بـأسبـوعـين، وهكذا اسـتمـر الحـال على ذلك المنوال، وكان زوجى يصل من سفره ملهوفا على العلاقة الجنسية بشكل مبالغ فيه، حتى أننى بدأت أشعر أن هذا فقط هو دورى الوحيد فى حياته، فحين كان يحادثنى تليفونيا قبل مجيئه، كان دائمـا يطمئن عما إذا كنت مستعدة لاستقباله من هذه الناحية أم لا، وحتى إذا قلت له أننى أشعر بالإرهاق، أو عندى نزلة برد أو مـا شـابه ذلك، كـان رده دائمـا أن هذا لا يهم طالـمـا لن يؤثر على القـيـام بالعلاقة الجنسـية معه.. ومع مرور الشهـور التسعة الماضيـة - والتى هى عمر زواجى منه - بدأ نفورى من العلاقة يزيد شيئا فـشيئا - بل بدأت أكرهها حقا، حـتى تطور الأمر إلى أننـى بدأت أكره مـجيـئه ووجـوده مـعى فى هذه الفتـرة القصيرة مـن الشهر، بالرغم من سابق حبى الشديد له، حـتى بدأت أكذب عليه أحيانا وأتحجج بأن لدى الدورة الشهرية، ولكـنه يصبح عصبيا بشكل لايطاق،

فتوقفت عن هذه الكذبة اتقاء العصبية الشديدة.. لقد حاولت أن أشكو لأمي، ولكنها اتهـمتنى بالدلع والبطر، وقالت أن هذا هو حال كل الـرجال، حتى وإن كانوا مقـيمين مع زوجاتهم، فـما بال حال زوجي الشاب - على حـد قولها - الذى لا يجد مـصرفا لرغـبتـه فى غربته، فـمن الطبيعى أن يـكون هذا هو حاله حيـن مجـيئـه.. واتهـمتنى أننى ظالمة له وأن اللـه سيـنتـقم منى إذا ظللت على حالى.. فحـاولت بالفعل إقناع نفسى بكلام أمي، ولكن ماذا أفعل فى نفـسيتى التى تتـوق لحب زوجي واهتـمامـه بى لشـخـصى وليس لغرضـه منى؟! لقـد حاولـت بكل الطرق التخلص من هذه الأفكار.. ولـكن دون جدوى.. فـأرجو منك يا دكـتورة أن تضعى لـى النقاط على الحـروف.. هل أنا محقـة؟! هل أنا ظالمـة؟! هل هذه بالفـعل هى العـلاقة الزوجـيـة؟ وهل هذه هى مـواصفـات العلاقة الزوجيـة الحميمة؟ وهل علي أن أكمل حـياتى على هذا النحو، يا ربى أنا بالفعل لا أستطيع!! أقسم بالله أنه ليس دلعا ولا بطرا!! أرجوكم أرشدونى فأنتم ملجأى الأخير..

✍ ✍ ✍

سيدتى الصغيرة العزيزة:

ربما ستجـدين إجابتى عليك مستغـربة أو غير متوقعة، دعـينى أفسر لك ذلك: عزيزتى، لا أنت مخطئة ولا محقة، لا أنت ظالمة ولا جاحدة، أما عن زوجك فهو أيضـا لا محق ولا مخطئ، ولكن يجمعكما عـدم الإلمام بأصول العلاقة الجـنسية الصحيـحة، ودعينى أكون أكـثر صراحة فأقـول: إنه الجهل الجنسى، والذى هو حـال معظم الشـباب والفـتيات، إذ أن ظروف زواجـكما

وملابساته لها دور فى حالكما الآن، ولكنها ليست هى السبب المباشر لما وصلت أنت إليه من سوء الحالة النفسية، وفى سياق وضع الأمور فى مواضعها الصحيحة دعينى أسرد لك بعض الحقائق العلمية:

أولا: إن الرغبة الجنسية عند الرجال والسيدات سببها وجود هرمون التستوسيترون فى الدم عند كلا الجنسين، وهذا الهرمون هو هرمون ذكورى، وعلى ذلك فهو موجود عند الذكور بنسبة أكثر كثيراً من الإناث قد تصل إلى ٢٠ ضعفاً تقريبا، ولتتخيلى يا سيدتى الفارق الكبير فى كم الرغبة الجنسية عند الرجل والمرأة، فمن الطبيعى إذن أن يكون إقبال الرجل على الجنس أكثر كثيرا.. إذن ما العيب فى علاقتكما!! تابعى القراءة..

ثانيا: إن الاهتمام بنوعية العلاقة الجنسية يكون فى المقام الأول عند المرأة، أى أن العلاقة الجنسية تنقسم إلى شق وظيفى وشق عاطفى، أما عند الرجل، فالاهتمام الأولى يكون بالشق الوظيفى فى معظم الأحوال - أما بالنسبة للنساء، فالعكس هو الصحيح، أى أن الاهتمام بالشق العاطفى يكون له المقام الأول والأكبر، إذ قد تصل أهمية الشق العاطفى إلى أكثر من ٨٠٪ من العلاقة برمتها، وهنا بدأ يحدث الصدام الوجدانى بينكما.. إذن أليس هناك حل لموقفكما من العلاقة الذى يبدو متباينا؟! تابعى القراءة...

ثالثا: إن الرجل يجهل فى معظم الأحوال الطريقة التى يجب أن يعامل بها زوجته، والتى يجب أن يغلفها الاهتمام العام والعاطفة التى بهما يصل إلى قلبها مباشرة، والذى يجعلها هى التى تقبل عليه وتتمنى لقاءه وإتمام العلاقة الجسدية الحميمة معه، لتصبح فى هذه الحالة تتويجاً لمنظومة مشاعرية

جميلة، أمـا الشئ الآخر الذى قد يجهـله الرجل هو أن كل ذلك ينعكس عليه بالإيجاب فيمـا يخص الاستمتاع والإشباع، إذ أن هناك فارقـاً كبيراً بين الأداء الجنسى الخـالى من المشاعـر، والذى يؤدى من باب القيـام بالواجب أو أداء وظيفـة فسيولوجـية بشكل مجرد، وبين القـيام بعلاقة جنسـية هى فى الأصل علاقـة عاطفية عـبارة عن حلقات متـصلة فى سلسلة مشاعـرية متكاملة يكون نتاجهـا أروع كثيرا ممـا يعتقد أنه المتـعة القصوى المعـتاه من الأداء المجرد للوظيفة الجنسية.

يا سيدتى الصغيرة صارحى زوجك بما يـضايقك فى العلاقة وأفهميه أنك تفتقرين للشـق المشاعرى الذى بدأ هو يتجاهله بسبـب ظروف عمله وحرمانه من زوجته بعد وقت قليل من الزواج، وهو فى أوج شبابه وقمة فحولته ورغبته الجنسية فى زوجته وحليلته التى طالما انتظر أن يجـمعه الله بها، فغلبت رغبته على أى اعتـبارات أخرى فى عـلاقته بك، وربـما لم يحاول هو إخـفاء ذلك معتقدا أن طبـيعتكما واحدة فى هذه الناحية، ولكن إذا صارحـتيه ودعوتيه إلى ما تأملين فيه من أن تكون حياتكما معـاً سلسلة من الرومانسية متعددة الفصول تكون فيها العـلاقة الجسدية هى أحد الفصـول الممتعة أو ربما الأكثـر متعة، ولكن ليست الفـصل الوحيد؛ كما لابـد أن تكون هى قمة الهرم الذى تسـبقه خطوات تحضيرية لضمان نجاحها، فلم نـسمع أبدا عن أى أحدا قد وصل إلى قمة الهرم دون المرور على قاعدته ومراحل تصاعده، إن هذه النوعية من الأداء قد تشفى الشق الوظيفى للعلاقة، وليس الشق العـاطفى الذى سيفتقده زوجك ذاته بعد مرور الفـترة الأولى للزواج، ولكن الفترة قـد طالت فى حالتكما لأن

علاقـتكما الجسدية تتم على فـترات متـباعدة نوعاً، وعلى ذلك فـهى ليست مقياساً دقيقاً لبدايـة حدوث الملل من جراء الاكتفاء بالأداء الوظيفى البحت..
فاقرئى إجـابتى لك يا فتاتى مرة أخـرى، واستوعبى مـا جاء فيهـا من حقائق علمية مؤكدة، ونصائح بسيطة ولكنها قـابلة للتنفيذ، وتأكدى أنها ستصنع نقلة مؤكدة فى علاقتكما - إلى الأحـسن بالطبع - وهذه النقلة سوف تكون كفيلة بإذن الله فى إنهـاء حالتك النفـسيـة السيـئة هذه وتحولـها إلى حالة الـترقب والانتظار لمجئ زوجك إليك لتـعزفا سويا ذلك اللحن العـاطفى المتكامل..
جربى يا سيدتى وأعدك أن الأمور سوف تصير إلى الأفضل إن شاء الله.

أنا رجل شاب ومتابع لبابكم منذ فترة طويلة، ودائما ما أقرأ فيه ما يفيد أن رغبة الرجل في الجنس أضعاف رغبة المرأة فيه، ودائما ما أسمع من حولي ما يفيد نفس المضمون سواء من الأصدقاء أو الأقارب أو في جلسات الصحبة الرجالية بشكل عام.. وما يجعلني أتعجب دائما هو أن الحال بالنسبة لي أنا وزوجتي عكس ذلك على طول الخط، فأنا لا أجد في نفسي الرغبة للقيام بالعلاقة الحميمة مع زوجتي إلا قليلا جداً، قد تصل تلك المرات التي أرغبها فيها إلى مرة واحدة شهريا أو ربما مرتين على أحسن تقدير، وزوجتي كانت دائما ما تفاتحني في هذا الموضوع وتزعم أنني غير طبيعي وأنني مصاب قطعا بضعف جنسي ولا أصارحها، أو أن لي علاقات أخرى، أو أنني بارد جنسيا إلى حدود بعيدة، وأنا أستمع لكل هذه الاتهامات وأتعجب منها إذ أنه لا يوجد فيها ما هو صحيح على الإطلاق، بل أنني لا أرى نفسي أقل من أي إنسان طبيعي، وطالما حاولت إقناعها أن المسألة ليست وظيفة ولكنها احتياج عاطفي ونفسي إذا شعر به الإنسان قام بالوظيفة التي تؤدي إلى إشباع هذا الاحتياج.. مع العلم أنني شخص ناجح جداً على المستوى الشخصي والعملي، ولي علاقات متعددة على جانب الزمالة والصداقة، أي أنني شخصية متزنة وليست معقدة أو محرومة من شئ.. فهل أنا بالفعل مريض؟! لا أعتقد.. ولكني في انتظار ردكم بصفته.رد مختص وليس مجرد اجتهاد أو سرد كلام خال من المعنى الجوهري..

يا سيدي الفاضل..

دائما ما نشير بكلمة "في معظم الأحوال" أو "في أغلب الرجال" ولا

نشير إلى مسألة أن رغبـة الرجل أكبر على أنها شئ مطلق، ولكن هذا لا يمنع أنها بالفعل مسألة موجودة فى الغالبية العظمى من الرجال، ولكن هذا لا يعنى انه لا يوجد نـماذج أخرى من الرجـال تكون هذه القاعـدة فيهـم أقل أو حتى تكون معكوسـة تمـاماً كما هو الحال مـعك. . . ودعنى أخبرك شيئـا يا سيدى الفاضل؛ لم يخلـق الله اثنين من البشر مـتطابقين فى كل شئ، حـتى التوائم المتمـاثلين يكون هناك اختلاف بينهمـا تركيبيا ومـعنوياً، فبصمـات أصابعهم مختلفة، وطباعهما مختلفة، أما ما تشير إليه أنت من قلة رغبتك الجنسية تجاه زوجتك فهو يدخل فيه شـقان: الشق الأول هو الشق المتعلق بالقالب الجنسى الخاص بـك والذى يكتفى بمـرات قليلة من الممـارسة الجنسـية ليحـقق لك الإشـباع التـام، أمـا الشق الثانـى فهـو جهـلك بأنك تستـطيع الاستـزادة من الاستـمتـاع إذا ما أدخلت نفـسـك - ولو بشكل إرادى- فى الحـالة المزاجـية الخاصة بالاستمتـاع الجنسى، وهو ما يجب عليك عمله لأن هناك شريكاً لك فى العـلاقـة وهو زوجتـك التى فطرها الله على قـالب جنسي مـخـتلف عن قالبك، يتطلب قدراً معيناً من الاحتياجات الـعاطفية والجنسية والتى تربو كثيراً على متطلباتك، ولكن على الجانب الآخـر فهذه المطلبات يجب عليك أداؤها حيث أنه ليس لها منهلا آخر غيرك تستـقى منه احتياجاتها من هذا النوع، كما أن الله أمر أمرا مباشرا بأداء حاجتهـا فيك حين وجه الحديث فى سورة البقرة للرجال قائلا لهم: ". . فـأتوا حرثكم. . " أى أن أمر القيام بالعلاقـة الجنـسية غيـر مطروح لا للمناقـشة ولا لإبداء الرأى، لأن تداعـيات عـدم القيـام بهذه الوظيفـة خطيرة للغـاية، ولنفس هذا السبب أوصى الرسـول (ص) المرأة من ناحية أخرى أن تجـيب زوجها إلى حاجته فيـها وإن كانت على التنور. . . أما

بالنسبة لحالتك يا سيدى على المستوى الشخصى، فأنا أرى أنها مسألة تركيبة نفسية ذات طابع خاص تتمتع أنت بها، وهى ثقة زائدة فى النفس تكاد تصل إلى حد الغرور، الذى يجعلك تنظر بغير عين الاعتبار لأى رؤية تخالف رؤيتك الشخصية لأى من الأمور حتى وإن كان أمراً يخص مبدى الرأى، مثل رأى زوجتك فى هذه الحالة التى تأخذه أنت مأخذا عابرا على اعتبار أنها مخطئة وهذا هو كل شئ، وانتهى الأمر برمته عند هذا الحد.. لا يا سيدى، أنا لست أناقش طريقة حياتك هذه على أى محمل آخر، لأن هذه المحامل الأخرى قد تحتمل هذه الطريقة، حيث أن أى خسارة فيها يمكن تعويضها، ولكن حين نجئ إلى هذه النقطة المشاعرية الحساسة، أقول لك منبهة: قف وتراجع واعلم أنك لست على صواب حيال هذا الأمر. لأن هناك شريكاً لك رأيه على نفس مستوى أهمية رأيك أو ربما يزيد.. يا سيدى، إنك تستطيع إدخال نفسك فى الحالة المزاجية المناسبة للقيام بالوظيفة الجنسية، وكن على ثقة أنك ستستمتع متعة كاملة وأنك ستندم على هذه الفترة القيمة من حياتك والتى استسلمت فيها لمسألة الرغبة الشخصية حيال هذا الأمر، وبذلك ستتم سعادة زوجتك وسيمتلئ وجدانها بكونك راغباً فيها على المستويين النفسى والجسدى، بجانب ما ستشعر به أنت من متعة نفسية وحسية وجسدية على حد سواء.. فأسرع يا سيدى.. فالتداعيات ليست محمودة كما قلت لك.. فأنزل من برجك العاجى إلى أرض الواقع، وصدقنى لن تجده مريرا ولا سيئا، ولكن على العكس، بل خيراً وسعادة إن شاء الله .. وفقك الله وهداك إلى الصواب، وأرضى زوجتك عنك وبك وأغناكما ببعضكما البعض بحلاله عن حرامه..

✉ أنا زوجة منذ حوالى ١٥ سنة، تستغرق علاقتى الحميمة بزوجى حوالى الخمس دقائق كل مرة، وتكون بالنسبة لى هى العذاب بعينه، وأصبحت أكره هذه العلاقة وأقوم بها فقط خوفا من الله. فما السر فى هذا الألم الرهيب الذى أشعر به؟! وهل هناك أمل فى إصلاح الأمر؟!

✍ ✍ ✍

يا سيدتى الفاضلة. . . من الواضح أن زوجك يجهل وجود ما يسمى بالمرحلة الثانية للدورة الجنسية وهى مرحلة المداعبة التى تسبق الجماع الفعلى، ويقفز مباشرة من المرحلة الأولى (التنبيه الحسى الجنسى) إلى المرحلة الثالثة (مرحلة الأداء الفعلى) مباشرة، مما يكون له أسوأ الأثر على الزوجة من الناحية النفسية وأيضا من الناحية العضوية، فالمرحلة التحضيرية تساهم فى إعلاء الحالة النفسية والمزاجية للزوجة من الناحية الجنسية، مما يتسبب فى تشغيل غددها الموجودة فى المنطقة التناسلية، تلك الغدد التى تفرز السوائل اللزجة، اللازمة لتسهيل عملية العلاقة الحميمة وجعلها خالية من الألم الذى تصفينه، والذى ينتج من الاحتكاك دون وجود هذه السوائل المرطبة، مما يسبب الاحتكاك المؤلم حيث يسبب هذا الاحتكاك إزالة للطبقة السطحية لخلايا جدار المهبل، مما ينتج عنه لاالتهابات العصبية الموجودة فى هذه المنطقة والخاصة بالشعور بالألم، فيكون اللقاء الزوجى الحميم، الذى يفترض به أن يكون ممتعاً، يكون مؤلما ومرهقا على عكس المنتظر منه، وذلك بسبب نفوراً وكراهية له، بل هروباً منه، حيث يتنافى الشعور بالألم مع أى شعور آخر بالمتعة، أى أنه إذا وجد الألم اختفى أى شعور آخر وإن كان

ممـتعـاً، فصارحى زوجك يا سـيدتى، واطلبى إليـه أن يهتم بمـسألة الفـترة التحضيرية قبل العلاقة، وستـسير الأمور إلى الأحـسن بإذن الله.

أنا فتـاة لم أتزوج بعد، ولكن هناك سـؤالاً يؤرقني ولا أعرف إلى أين أذهب كي أتلقـى إجابة عـليـه، حيـث أن والدتي قـد توفـيت منذ أن كنت طفلة، وليس لي سوى أخ يكبرني ونعـيش سويا مع والدي، أي بدون امرأة في البـيت سواي.. هذا السـؤال هو: ما هو غـشـاء البكارة هذا الذي يتحـدث عنه الجـمـيع؟! وأين يوجـد؟ ومـا هو الخطر الـذي يحـيطه أو الذي قـد يأتي من ورائه؟ إني أشـعر أنه مـحاط بحـزام من الرعب، وأعـتقـد أنني سأجـد عندكم حقيـقة الأمر حيث لاحظـت أنك يا سيدتي تكتـبين دائما عن الحقائق العلـمية التي اعتـبرها مصدري الوحيـد للثقافة الجنـسية، حيث أنه لا يوجـد لي مصـدر سواكم كما قلت، وأن عمري ٢٣ سنة، وافترض في نفسـي أنني يجب أن أكون أكثر علما بهذه الأشياء.. شكراً مقدما على ردكم الذي أنتظره بفارغ الصبـر.

فتاتي العزيزة.. أشكرك لثقتك فـينا وثنائك الرقيق على مجهوداتنا والتي نرجو الله أن تستـفيد منها أكـبر شريحة ممكنة من الناس.. إنـي أستطيع فهم مشاعرك يا عزيزتي، فهي مشاعر مـقلقة ومزعجة حين نجد أن هناك الكثيروين الذين يتحدثون عن شئ مـعين ونحن بعيدون كل البعد من حـيث المعرفة عن هذا الشئ ولا نفهم مـا هيته، ولاسـيما أنه يخـصك كشخص ينـتمي للجنـس الأنثوي.

إن غشاء البكارة يا فـتاتي غشاء رقيق موجـود على بعد حوالي ١,٥ إلى ٢,٥ سنتيمتر من الفتحة الخارجية للمهبل، وهو غشاء مـستعرض إلا من فتحة واحدة أو فتحات متعـددة تسمح بمرور دم الحيض أو الإفرازات الغددية، وهو

عـبارة عن أنواع مـتعـددة، سـمى كل منها باسم مـعـين، حسب الفـتحـات الموجودة فـيه، أو حسب شكل الفتحة المـوجودة فيه إن كانت فتـحة واحدة مثل: الغشاء الهـلالى، الغشاء الحاجزى، الغشاء المتوج.. أمـا النوع الشهير والذى يثير دائمـا البلبة والاختلاف هو الغشاء المطاطى، وهو يـكون ذا فتحة مستديرة فى وسط الغـشاء، وهى تكون فتحة متسـعة فى معظم الأحوال، هذا بجانب النوعـية المطاطيـة لنسيج الغشـاء نفسه والـذى يتـم بوجود أنسـجة مطاطية كثيرة فيه مما يتيح له الاتساع والعودة إلى الحجم الأصلى دون صعوبة أو حدوث جـرح فيـه، ولذلك يتم الجمـاع دون أن يتأثر هـذا الغشاء بـسبب طبيعته التركيبية، والتى تـسمح باتسـاعه دون فضه.

أما الأهمية الكبيرة والخطورة الشهيـرة التى تحيط به يا فتاتى العزيزة فهو لأنه إذا تم فضه لا يلتئم، بل ينكمش إلى جـدران المهبل ولا يعود إلى سابق عهده أبداً، ولذلك: تقـوم الأمهات بتحذير بناتهن عن أن يـقربن هذه المنطقة لاعتقـادهن بوجود خطر محيط بها وهو هذا الغـشاء الذى يعتبر علامـة العفة والتحصين والصـون بالنسبة للفتاة الشريفة. من الأشيـاء الهامة التى يهمنى أن تعرفيـها يا آنستى أيضا هى دواعى فض الغشاء، أى الأحـداث التى قد تسبب فض هذا الغشاء، فهى كالتالى:

أولا: إتمام العـلاقة الجنسـية بالجـماع: وهو الطريق الطبـيعى والأكـثر شيوعا.

ثانيا: الحوادث المتسببة فى كسر عظام الحوض.

ثالثا: الأورام غير الحميدة فى منطقة المهبل أو ما حولها.

رابعا: الفض الجراحى فى حالات الغشاء غير المفتوح (وهو عيب خلقى نادر) أو فى حــالة تعــذر الفض بالطريقــة الطبــيــعــيــة على يد بعض الأطبــاء المتخصصين، على ألا يكون السبب هو التــشــنج العصبى المهبلى (السبب فى عدم إتمام العلاقــة بطريقة طبيعية) إذ أن الحالة الأخــيرة تستلزم بعض جلسات لعلاج الجنس دون اللجوء إلى الجراحة.

ولا أحب أن أدع هذه الفــرصة تمــر يا فتاتــى العزيزة دون أن أشــير إلى اعتقاد راسخ معادة أن غشاء البكارة هو عــضو مؤلم وأن فضه يتسبب فى إيلام شديد للفــتاة فى ليلة الزفــاف، ومن هذا المنبر أحب أن أقول أن هذه إشــاعة مغرضــة وغير صحيــحة، فغشاء البكارة هو عــبارة عن مجموعــة من الأنــسجة المرنة، والتى تستقبل تغذيتها الدموية من بعض الشعيرات الدموية الخفيفة ولا تحتــوى على أعصاب، وبالتــالى فهى أنــسجة غــير قادرة على الشــعور بالألم أساساً، ووجــود هذه الشعيرات الدمــوية الخفيفــة هى التى تسبب نزول بعض قطرات من الدم حــال إتمــام الجــماع الأول، وقــد تكون هذه الــقطرات قليلة وخفيفة بحيث لا تلحظ، وقد تظهر مع الإفــرازات المهبلية العادية بعد الجماع بســاعات أو ربمــا أيام، أى أننا تعرضنا هنا لخطرين هامين، ويتــمتعان بســمعة غير حقيقية على المستوى الشــعبى والثقافى العام، وهما اللذان يتعلقان بمــألة الألم والنزيف اللذين تعتقد الكثير من الفتــيات - وكذلك الكثير من الفتيان - أنهما أساسيين فى ليلة الزفاف، فى حين أن هذا شئ غير حقيقى البتة.. أرجو يا آنــستــى العزيزة أن أكون قــد أعطيتك مــعرفــة لا بأس بها عن غشــاء البكارة وماهيته، ومــا حوله من حقائق وإشاعات، وأرجــوك ألا تترددى فى إرسال أى استفــسار لك، وأعدك بالرد الوافى قدر المستطاع إن شاء الله.

أرجو سعة صدركم لما سأقـول، حيث أن وجهة نظرى أنها حالة شاذة وغير طبيعية وزوجتى ترى عكس ذلك، بل ترى أنها مسألة نفسية تختلف من شخص لآخـر حسب المزاج الشـخصى والميـول، فأنا شاب فى السـادسة والعشرين من عمرى، ومتزوج من فـتاة فى العشرين من عمرها، وهى ما زالت طالبة جامعـية وبدأت قصتنا منذ ليلة الزفاف حين رفضت زوجـتى تماماً إتمام العلاقـة الجنسيـة، فصبـرت عليها كـما أوصانى والـدى، وكنت أحاول تكرار المحاولة يوميا وهى ترفض، حتى وافـقت وقبلت ذلك على مضض بعد مرور حوالى الشـهر من الزواج - وانتظمت العـلاقة لمدة حـوالى الشهر أيضـا حتى فاجـأتنى زوجتى المصـونة ذات يوم دعوتها فـيه إلى العلاقـة بأنها ترفض هذه العلاقة التى لا ترى فيـها أى رومانسية، وأنها صبـرت لشهـر كامل لاستكشاف ما قد يكـون خافيا عليهـا من ميزات دون جدوى.. وهى تصـر على رأيها، وأنا أحاول تـدارك هذا الموضـوع بعيـداً عن تدخل الأهل وأحاول ألا يصل الأمـر إلى أن أشكوها لهم.. فماذا أفعل؟!

أيها الـشاب العزيز، إن المـشكلة فى بعض الأحـيان تكون فى الشـباب أمثالك أنـهم يصيرون فرحين بـإتمام زواجهم فيـسعون للقيام بالعـلاقة بشكل متكرر، وبشكل سريع من ناحية الوظيـفة، ليصلوا إلى مرحلة الشبق - القذف - أى أن هذه المرحلة تكون هى غايتهم دون الالتفـات إلى احتياجات الزوجة كامرأة من هذه العلاقة، حيث أن الدورة الجنـسية للمرأة أطول من ناحية المدة الزمنية، وبالتالى فـهى لا تصل لمرحلة الاسـتمـتاع سريعاً كالرجل، كـما أنها

تتأخــر أيضا فى الوصــول لمرحلة الشبق، ومن الواضــح أنك لا تحرص على إيصالهــا لهذه المــرحلة قبلك أيهــا الشاب العزيز، مــما أفرز هــذا النفور من ناحينها من هده العــلاقة التى يفترض بها أن تكون ممتعــة لكليكما، ومن أكثر الأشياء مهانة للمــرأة أن تشعر أنها مجرد أداة لتحقــيق متعة الرجل بغض النظر عن احتياجاتها الشــخصية من الناحيتين النفــسية والجنســية، واللتين هما تتويج لمكانتها عند زوجها من الناحية العــاطفية. . فابدأ مع زوجتك ياعزيزى مرحلة جديدة من العلاقة تهتم فيــها بملاطفتها ومداعبتها لتعــمل على تحقيق رغباتها من العلاقة، واطمئن إلى أن ذلك سيزيد متعتك ولن ينتقص منها.

✉ قد تكون مـشكلتى غريـبة، بل أغرب من أى مـشكلة قد تقـابلكم كباب مـتخصص، ولقد دأبت على متـابعة بابكم لشهور عديدة مـضت عساى أجد مشكلة مشابهة ولكن دون جدوى، ومشكلتى باختصار هى أننى غير مقبل على زوجتى مـن الناحية الجنسـية كـأول فترات الزواج، فـأنا متزوج مـنها منذ حوالى التـسع سنوات، وقد كـانت علاقـتنا الحمـيمـة منتظمة وجيدة فى أول الأمر، ولكن مع مرور السنين بدأت تتضاءل وتتضاءل وتتضاءل حتى أصبحت شبه منعدمة فى الأربع أو الخـمس سنوات الأخيرة، والسبب فى ذلك لا يرجع أبدا إلى عيب فيها لا قدر الله ولا لتغير فـى مكانتها عندى، فأنا أحبها جدا جداً وأقدرها كـامرأة وكـإنسانة، ولكن طبـيعـة هذه المكانة لدى هى التى تغـيرت، فبعد أن مرت السنون الأولى لزواجنا، وأنجـبنا أولادنا الثلاثة، وانتظمت حياتنا فى الشكل التقليدى والروتينى، أصبح حبى لزوجتى كحبى لأمى وأختى، نعم، تلك هى الحقيقة، فأنا إنسـان عاطفى ودود جدا، ومحب لأسرتى جدا، ولذلك رأيت أنها مكانة رائعة أن تتمتع زوجتـى بنفس مقدار الحب لأمى وأختى، فهو حب كبيـر حقا، ولذلك فقد تحـولت شهوتى الجنسية عنهـا تماما، ولكن ليس لأحد آخـر، وشيئـاً فشيئـاً انتفت تمامـاً حتى أننى بدأت أشكو من صـعوبة فى الانتصاب حتى عند التعرض لمنظر مثير أو لموقف كان يثيرنى بكل سهولة من قبل. أى أنه قد حدث لى تطبيع فى علاقتى مع جميع النساء، وبالرغم من ذلك فأنا لا أشـعر بأى نقص فى حيـاتى ولا أننى أفتقـد أى شئ فى هذا العالم، ولم تكن زوجـتى تفتـح معى المـوضوع فـى أول الأمر لشـدة حيـائهـا، ولأننا منذ زواجنا تعودنا على أننى أنا الذى أقوم بدعوتها للعـلاقة، ولكن حين مرت نحو السنة دون أن أدعوها بدأت تحـادثنى فى الأمر قائلة لى أنهـا لا تشكو، ولكنها

تستبين وتسـتوضح خشية أن أشكو وأعانى من شئ وأريـد إخفاءه عنها، أو أن أكون غاضـبا منها فى شئ وأضمره فى نفـسى جعلنى لا أرغبها كزوجـة، رغبة منها فى أن تصلح نفسها إذا صح هذا الأمر، وآنذاك لم تكن عندى إجابة إلا أن نفيت لهـا كل ذلك مؤكـدا لها على مكانتـها عندى، ولكنى لا أجـد فى نفسى هذه الرغبة، فتقبلت الموقف على علته وقتذاك، ولكن حين طال بنا الأمد على نفس الحال كررت سؤالهـا لى مرة أخرى مما استنفـر محاولاتى مع نفسى كى أعلم سر مـا يحدث حـتى وصلت إلى هذه الخلاصـة الـسالف ذكـرها. وحين واجهتها بهذه الحقيقـة، غرقت فى الضحك، واعتقدت أننى أمزح بهذا الشأن، وأخذت تردد: "مش مـعقول.. مش مـمكن.. مستحـيل"، وحين كررت عليـها ذلك أندهشت بشدة وتعجبت كثيرا واتهـمتنى أننى مريض نفسياً وأن هناك ثمة شيئاً غير طبيعى فى تركيبتى الشخصية، وأننى لابد وأن أبحث عن علاج.. وقد ذهبت بالفعل لأحد الأطباء النفسيين فما كان منه إلا أن قال لى كخلاصة للأمر أن أدع هذا العبث وأن أقـبل على زوجتى وأن أوتيها حـقها كزوجة وكـشريكة فى الفراش.. يا إلهى!! ألا يفهم هؤلاء أن الأمر ليس بهذه البساطة؟ وأنه ليس مجرد زر نضغطه فنصبح قادرين على هذه العلاقة حيث أن العاطفة هى محلها الرئيسى ومنشـأها هو الوجدان؟!! أما الآن فزوجتى دائمـة الاتهام لى بأننى لا أحبها ولا أرغبـها فأفيدونى بالله عليكم ماذا أفعل لإقناعـها بالعكس؟ وخاصة أننى لا أريد خـراب هذا البيـت وتفكك هؤلاء الأبناء الـذين أُهيم حبّـاًبهم وأعيش لأجلهم هم وأمهم، وأحرص على هذا الكيـان الأسرى الجميل والذى جمـعه الله تحت سقف واحـد، والذى يعيش بكل أطرافـه فى سلام وود فيـما

عدا هذا المنغص وهـو اتهام زوجتى المسـتمـر لى... وهل يستحيل أن تقتنع زوجتى باستمرار حياتنا كما هى الآن وكما تسير بشكلها الحالى؟!

✍ ✍ ✍

يا سيدى الفاضل:

عساى لا أكون مخطئة إذا افترضت أنه كـانت لك سابقة علاقات حميمة قبل الزواج، فـفى هذه الحالة، عند بعض الرجال بالطبـع وليس كلهم لحسن الحظ، يكون هذا النوع من العلاقة مرتبطا ارتباطاً وثيـقا بالمعطيات التى تحيط بهذه العـلاقة، أى أن قالبك الجنسى، وهو! طريـقة استمـتاعك بهذه الرغـبة الغـريزية - قد تـم تشكيله بأن تكون العـلاقة مـجـردة من أى عاطفـة أو أى ارتباط، فحـين جاء الارتباط وجاءت العاطفـة، كانت الزهوى من قبل الأولى لهـا ثم ما لبـث أن انقطعت هذه الزهوى لعدم وجـود بقيـة المعطيـات التى تعودت عليها والتى تشكل عليـها قالبك الجنسي... هذا هو التحليل العلمى لـسـبب حالـتك.. ولكن يا سيـدى، أود أن أنبـهك أن لك شـريكة فى هذه العلاقـة، وأن هذه الشريكة لها حقـوق مـساوية تمامـاً لحقوقك فى المـشاركة واتخاذ القرار فـيما يتعلق بتلك العـلاقة الثنائية، الزوجيـة، والتى لابد لها من توافر طرفين لتقوم، ولابد أن يوافق هذان الطرفان بشأنها، طالما أنه ليس هناك أسباب عضوية لعدم إقامتهـا، تلك التى تخرج عن مجرد الرغبة إلى الإجبار، أما فى حـالتك يا سيدى فـأنت لم تأبه أساسـا بفهم الموضـوع بعمق، أو فى بحث احتياجات زوجتك، ومدى إلحاح هذه الاحتياجات على رغباتها، والتى ليس لها مـصدر لإرضائها سـواك بما أنك زوجها الوحـيد !!! فكيف لك أن

تصدر حكما دون الرجوع إلى ملفات القضية والبحث فيها والاستماع للشهود ولأطراف القضية وتفرض وجهة نظرك عليها وحيداً دون إعطاء زوجتك أبسط حقوقها فى الموافقة على هذا القرار المصيرى الخاص بحياتكما سوياً من عدمه !! يا سيدى العزيز، إن الغريزة الجنسية قد خلقها الله فى الإنسان، وحباه بكونها مغلفة بالعاطفة، ومحققة للرضا النفسى، كما جعلها مصدرا للثقة والتوازن العاطفى والوجدانى، ربما أن هذا ليس هو الحال بالنسبة لك بسبب الظروف التى سلف شرحتها لك وللقراء الأعزاء، ولكن ليس من حقك أن تفرض هذه الظروف على زوجتك لأنها بكل بساطة امرأة طبيعية لها احتياجات جميع الزوجات العفيفات اللاتى يرغبن فى تحصين أنفسهن والوقاية من شر الفتن والاستغناء بالحلال عن الحرام.. يا سيدى إن الزوجة العفيفة هى نعمة من الله أقسم لك أن الكثيرين يغبطونك عليها، وصدق رسول الله صلى الله عليه وسلم حيث قال: "خير متاع الدنيا الزوجة الصالحة". فلابد من ناحيتك أن توفيها حقها وألا تستجيب لهذا الخاطر الشاذ الذى يصورها لك كأمك وأختك، وقد سبق إلى علم الله سبحانه وتعالى ما قد يكون من حال أمثالك من الرجال فأمرك بأن تؤتى زوجتك حقها فى هذا الشأن مع حريتك فى اختيار الزمان والمكان والكيفية، وقد جاء ذلك فى سورة البقرة: ﴿فَأْتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّىٰ شِئْتُمْ﴾ وقد جاء حرف "الفاء" سابقا لفعل الأمر بإقامة العلاقة ليفيد وجوب السرعة فى التابع، أى النهى عن إطالة المدة بين العلاقتين لما فى ذلك من إهدار لحق المرأة فيه وما قد يعلوها من الحياء والترفع عن أن تطلب هى العلاقة، فسبحان الخالق العظيم، الأعلم بشئون عباده.. يا سيدى من الناحية الطبية أنت قادر على إدخال نفسك إلى الحالة المزاجية التى تتيح

لك القيام بالعلاقـة، حتى وإن لم تتوفر الرغبة المسبقـة طالما لا يوجد سبب عـضوى يتـعارض مع الأداء الجنسـى، فـأقدم عـلى ما أحله الله وأقـبل على زوجتك، وضع الأمور فى نصـابها الصحيح، فترضى ربك، وتسـعد بحياتك مع زوجتك المحبة المخلصة.. وفقك الله.

○ ○ ○ ○

سيدتى الفاضلة الدكتورة العزيزة..

استفدت كثيرا مما قرأت من كتاباتك، ولكن كان ذلك على المستوى النظرى فقط، بمعنى أننى أصبحت لدى حصيلة لا بأس بها من المعلومات عن العلاقة الحميمة على أساسين علمى ودينى كما تنادين دائما، أما على المستوى العملى، أى على مستوى علاقتى الحميمة بزوجى فلقد فشلت كل محاولاتى مع نفسى لإصلاح ذات البين مع زوجى بهذا الخصوص، فلقد بدأت حياتى الزوجية بمحاولات فاشلة لإتمام العلاقة الحميمة أنتجت نفوراً شديداً من ناحيتى لهذه العلاقة، حتى أنها لم تتم إلا بعد أربع سنوات من الزواج، وتم ذلك حين كنت تحت تأثير المخدر الكلى فى مستشفى، حتى أن زوجى ظل مكتئبا بعد هذه "الموقعة" وقال أنه لم يشعر بالفرحة التى يشعر بها الشباب فى هذه الليلة، وأنه شعر على العكس أنه اغتصبنى بدلا من أن يرى فرحة العروس فى عينى كما كان يتمنى ويحلم طيلة عمره.. وبالرغم من تعليمات الأطباء وقتها بسرعة تكرار المحاولة لحفظ مرونة الأنسجة، فلقد عزف زوجى عنى جسديا ونفسيا لفترة تناهز الشهر تقريبا، لدرجة أنه لم يكن يتحدث معى إلا للضرورة، وشعرت بإهانة نفسية شديدة منعتنى أن أبدأ أنا بالتقرب إليه ومصالحته.. حيث أنه يعاقبنى على ذنب لم ارتكبه، وفى أعقاب ذلك مباشرة اكتشفت حملى فى ابنى الأول، وسبحان الخالق العظيم.. فأدركت أن الله أراد لهذا اللقاء الجسدى الأول والعجيب أن يتم ليقدر لابنى هذا أن يخلق، وقد كان حملى غير مستقر فمنع الطبيب أى تواصل جنسى أو حتى أى محاولة للتواصل أثناء الثلاثة أشهر الأولى من الحمل على أن يقرر بعدها توقيت معاودة اللقاء الحميم... وبالطبع فقد زاد ذلك الطين بله، وبعد

مرور الثلاثة أشهر الأولى سمح لنا الطبيب بمعاودة المحاولة بالفعل، فكان الجحيم ثانية، إذ عادت الأمور إلى ما كانت عليه أول الأمر وعاد الفشل الذريع يلاحقنا من جديد، فقررنا عدم المحاولة إلى أن أضع حملى، وبعد الوضع وما تلاه من الشهرين التاليين، عاودنا المحاولات بنفس النتائج التى أصبحت بالنسبة لنا نتائج محتومة نعرفها قبل الخوض فى التجربة أساسا.. فامتنع زوجى بعد شهر طويل ومرير من المحاولات المؤلمة بالنسبة لى والفاشلة بالنسبة له من دعوتى إلى هذه اللقاءات أصلا، كما امتنع عن التواصل معى بشتى أشكاله وعاملنى كشىء مهمل فى المنزل، وحين كنت أثور وأغضب لذلك وأقول له أننى أرفض معاملتى كقطعة أثاث فى المنزل، كان يقول لى أن قطع الأثاث أفضل منى حيث أن لهم فائدة ووظيفة على الأقل وليسوا مثلى بلا فائدة ولا وظيفة بالنسبة له.. وفكرت فى طلب الانفصال ولكنى عدت وفكرت فى وليدى ولم أرد له الحياة بين زوجين منفصلين، فآثرت احتمال قدرى بشجاعة وبصبر إلى أن يشاء الله أمرا كان مفعولا.. وبدأت طرق أبواب الطب النفسى والمشايخ وبدأت استمع لمن يقول لى أننى مربوطة أو أن أحدا قد عمل لى عملاً، إلى أن زرت ذات مرة طبيب أمراض نساء، فأشار على بعملية توسيع للمجرى التناسلى، فأجريت العملية على الفور على أنها الخلاص مما أنا فيه، وذهبت إلى زوجى مهللة لأبشره، وبالفعل استجاب لى وحاولنا الاتصال الحميم مرة أخرى، ولكن.. هيهات.. فزاد همى وحزنى، وفكرت فى العلاج بالخارج إذ أن أبى ميسور الحال ويستطيع إعطائى المال اللازم لذلك، ولكنى أجلت هذه الخطوة إلى أن يكبر ابنى قليلا لأستطيع تركه.. وفكرت أن أرسل لكم لأخذ المشورة فى هذا الأمر، علما بأننى وضعت بشكل طبيعى

وليس بعملية قيصرية، وقد قيل لى آنذاك أنه بما أننى ولدت ولادة طبيعية فإن مشاكلى سوف تنتهى إلى الأبد.. أما ما يؤرقنى الآن - بجانب مشكلتى الأساسية بالطبع - فهو أننى اكتشفت أن زوجى على علاقة بامرأة أخرى، بل ويفكر فى الزواج منها. وحين واجهته بذلك لم ينكر، بل اعترف، بل إنه أنكر على حقى فى الاعتراض أو الغضب، إذ أننى لست زوجة كاملة لتكون لى هذه الحقوق، بل أننى لست زوجة على الإطلاق... وأنا الآن أشعر أنه قد جن جنونى، فلا أستطيع أن أتخيله مع امرأة أخرى، وفى نفس الوقت لا أعرف ماذا أفعل؟! فهلا أشرتم على ولكم جزيل الشكر مقدماً..

✍ ✍ ✍

سيدتى الفاضلة...

إن حالتك هى وصف دقيق وتفصيلى لما يسمى بـ" التشنج العصبى المهبلى اللاإرادى" أو الـ Vaginismus، ولقد كتبت فى هذا الباب عن هذه الحالة مرارا من قبل، ولكن أحيانا يعجز الإنسان عن الربط بين ما يشعر به وما يقرأ أو ما يسمع من حالات مشابهة له، وذلك يكون استنكاراً نفسيا لأن يكون هناك ما يشعر به فى كثير من الأحيان على العموم، فإن حالتك يا سيدتى لها علاج، وهو علاج مضمون بإذن الله، وتصل درجة نجاحه إلى حوالى المائة بالمائة، إذا لم يكن هناك أسباب أخرى لعدم إتمام العلاقة مثل تلك الأسباب الخاصة بالزوج مثل عيوب الانتصاب أو القذف . . أما جذور المشكلة فهى نفسية أو اجتماعية أو ثقافية أو مزيج من نسب مختلفة من كل ذلك، وهذه الحالة تحدث غالبا للفتاة أو للمرأة ذات الشخصية المتحفظة،

والتى تكون شديدة الخوف على نفسـها بشكل عام، وشديدة الخوف من الألم بشكل خاص، وبالرغم من أنه اتجاه متبع فى بعض الأحيان ذلك الطريق الذى اتبعتمـوه للقيام بالعلاقة الجنسية لأول مـرة، ولكننى أعارضه على طول الخط حيث أننا بهذا الشكل لا نطرق الباب الأساسى للمـشكلة، ولكننا نتعامل معها بشكل علاج العرض وهذا هو كل شئ، ولذلك فهو علاج قصيـر الأمل كما حدث معكما تماما، وهذا أيضا هو سبب فشل عملية التوسيع التى تم إجراؤها لك، فبالرغم أنها تكون مفيدة فى حالات كثيرة، ولكن حالتك ليست من هذه الحالات التى تسـتوجب هذا النوع من العـلاج، ولكنها تستلزم نوعـاً آخر من جلسات العلاج الجنسى الذى يحتوى على تمرينات معينة تزيد من التنسيق بين الجهاز العصبى المركزى والعضلات المـهبلية التى تتشنج وقت الجماع فتمنع إتمام العلاقـة، ويتم تطبيع العلاقات - إذا جـاز التعبيـر - بين هذين الطرفين بشكل تدريجى ومـدروس، ويحدث ذلك طبـقا لجـدول زمنى مناسب تمـاما للظروف الشخصية والصحية والسنية للمرأة التى تعانى من هذا العرض، وتزيد نسبة النجـاح والتخلص من هـذا العرض تمـاما كلمـا زادت مسـاندة الزوج ومشاركته لها هذا البرنامج العـلاجى، فيكون ذلك بمثابة دفعة هامة وخطوات للأمام تؤتى أكلهـا المثمـر الشهى بعد فـترة ليست طويلـة، ويقلل من طولها المواظبـة على جلسات العلاج والدقـة فى تنفيـذ التعليمـات.. فلا تقلقى يا صديقتى فإن لمشكلتك مخـرجاً بإذن الله.. فتوكلى على الله، واذهبى لأحد المتـخصـصين، فـتكونين بذلك قد أخـذت بالأسبـاب، وسيوفـقك الله إلى استرداد زوجك وتحقـيق بغيته الحلال الطيبة التى يرجـوها منك وليوفقك الله ويمنحك سعادة الدنيا وخير الآخرة ويأجرك بسعيك إن شاء الله .

سيدتى الدكتورة العزيزة...

أنا رجل أبلغ من العـمـر ٦٢ سنة، رأيتك تـتحـدثين أكـثـر من مـرة على قنوات فضائية متنوعة، وأعجبنى تحقيق المعادلة الصعبة بين حساسية الحديث واحترامه، فأهنئك على هذه القدرة والموهـبة التى حباك الله بها، وأهنئ جميع أصحاب فكرة وجود هذا الباب والقائمين عـلى أمره بهذه الشجاعة التى تم بها اقتحام عرين الأسـد بالرغم من اعتراض البعض على فتح هذه المواضيع.

أمـا عن صلب المـوضوع الذى أبعث هذه الـرسلة لأجله فهـو حـفيـدى المراهق الذى يبلغ الخامسة عشر من العمر، فهو فى كنفى وتحت إشرافى بعد وفـاة والدته التى هى ابنتى رحمـها الـله، وزواج والده وتكوينه أسرة مـسـتـقلة جديدة خلت من مكان لابنه الأكبـر، وعموماً، قدر الله وما شـاء فعل، وأحمد الله أن أمـد فى عـمـرى لأكون له أبـا وتكون زوجـتى - رزقهـا الله الصـحـة والعافيـة - له أما عوضا عن أمه الراحلة غـفر الله لها وبعثهـا مع الصالحين... وأنا الآن بحكم سنى السالف ذكره، فإن اهتمامـاتى تختلف تماما مع تصرفات هذا المراهق المتمرد، كما أن فكرى لا يستـطيع استيعاب هذه القفزات الهائلة فى التقدم الـتكنولوجى، كما لا يتسع ذهنى لهـذا الكم من الأزرار الذى يكسو كل شئ، المـوبايل والكمـبيـوتر والبـلاى ستيـشن "والدى فى دى" و"الإم بى ثرى" وكل هذه الأشـياء التى تقـتـصر عـلاقتى بهـا على دفع أثمـانها البـاهظة لإرضاء احـتياجـات حفيـدى العزيز كـيلا يكون شاذاً عن القـواعد العـصرية، ولكن مؤخراً، أى فى الأشهر القليلة الماضـية بدأ حفيدى يتمرد على كل شئ، ولا يطيعنا - أنا وجـدته - فى الكثير من الأشـياء، ويتهـمنا دائما أننا لا نفهـمه

لوجود فارق "جـيلين" بيننا وبينه، والكثير من الأشياء الـتى تحمل هذا المعنى، وبالطبع كان المـطلوب منا استيـعاب هذه المرحلة وهذا المنحـنى الخطير فى حياته، والمســمى بسن المراهقة، فكنا نغضب منه تارة،ونترك الأمـور تعبر تارة أخرى، ولكن ما قلب الموازين وأنفد صبرى هو تلك المرة التى كنت مستيقظا فيـها فى منتـصف الليل لإصابتى بالأرق، فـفكرت أن أذهب إلى غرفـة مكتبى لأقرأ شيئاً من كتبى عسى أن يساعدنى ذلك على أن أخلد للنوم، وكان لابد لى أن أمر بغرفة المعيشة التى يوجد بها الكمبيوتر، فإذا بى أجد حفيدى جالسا إلى الكمبـيوتر والشـاشة مـوجهة إلى ناحـيتى وهو لا يرانى، وهالنـى ما رأيت من مناظر فى الكمبيوتر وأفعال من حـفيدى للتفاعل مع هذه المناظر، ويمكن لك بالطبع يا دكتوره استنتاج ما أقصد، فـأسقط فى يدى، وشعرت أننى حجر ثقيل مثبت فى الأرض وغـير قادر على الحركة، ولا علـى تحمل هذا الموقف، ولا على التصرف حياله، واحترت فيما أفعل. هل أواجهه؟ هل أريه نفسى وأكشفه أمام نـفسه؟ هل أصـفعـه لأرده عمـا يفعل؟ أم هل أتجـاهل الموقف كـأنه لم يحدث وكأننى لم أر شـيئا؟ إنى أخاف أن أقوم بتـصرف يتنافى مع ما يجب أن يقـوم به أب تجـاه ابنه فى ظل مـجريات العـصـر الحـالى وفى ظل هذا الواقع الرهيب الذى نعيش فـيـه.. وانتـهى بى الأمـر أن جررت أقـدامى المـتـثـاقلة وبصـعـوبة عـدت لغـرفـة نومى، وآثرت عـدم التـصـرف السـريع حـتى ألجـأ للمـتخـصـصـين لإعانتى على هـذا الأمر وعلى التـصرف الصـحيح، فلجـأت لطبـيـب نفـسـى شـاب قـد درس وعـاش فى أوروبا، وهو ابن جـار لنا فـحـين عرضـت عليـه الأمر، أمعن النظر إلى ثم ابتـسم ابتـسامة عريضـة وقال لى أنه لا يعرف أين المـشكلة التى أشكو منها، فهـذا شئ طبيعى على حد قـوله - يفعله

الشباب لتوظيف رغبة عارمة لديهم، وهو سمة طبيعية وموجودة لدى الكثيرين منهم، وستأخذ وقتها وسيزهد هو فيها بعد حين، وأن عين الخطأ - والحديث ما زال له - أن نضيق على أولادنا لهذه الدرجة ونتمسك بفكر متخلف قد عفا عليه الزمن وتخلصت منه جميع الحضارات التقدمية والتى تعترف بحقوق الإنسان وتقدسها. فأحسست أننى أتهاوى حتى أننى كدت أن يغشى علي .. فهل هذا هو رأى العلم؟ وإلام يستند؟ ألهذه الدرجة يمكن أن يؤثر الفكر الغربى فى أبنائنا لمجرد قضائهم لبعض سنين عمرهم فى الغربة؟

سيدتى لم يبق لى سواك وسوى بابكم الموقر.. فأرجوك أن ترشدينى لما يجب أن أفعل إزاء هذا الأمر؟ والسلام عليكم ورحمة الله.

أولاً أشكر لك ثقتك فى رأينا وأرجو من الله أن نكون أهلاً لهذه الثقة. . أما بعد فدعنى أفند رسالتك بشكل مختصر حتى يتسنى لنا أن نطرق أبوابها بدقة والرد على نقاطها الواحدة تلو الأخرى. . بالنسبة لسن حفيدك فهو قطعا سن حرجة تتسم بالتمرد والشكوى المستمرة من عدم فهم الأهل. .و. .و. . .ولا علاقة لذلك بكونك جده أو والده، ايضا تتم تلك المرحلة باكتمال نمو الأعضاء التناسلية والغدد التناسلية (الخصية) والتى تبدأ العمل آنذاك بكامل طاقتها وخاصة فى إفراز هرمون الذكورة (التستوستيرون) وهو الهرمون المسئول عن وجود الغدة الجنسية التى تظهر كتطور طبيعى للميل الجنسى ناحية الجنس الآخر والذى يبدأ فى الظهور قبيل حدوث البلوغ فعليا، ونظراً للزيادة الرهيبة فى إفراز هرمون الذكورة، فإن ذلك أحيانا ما يصيب

المراهق بالارتباك النفسى مما ينعكس عـلى تلك الأفعال التى قد تتنافى أحيانا مع ما تربى عليه من قوانين ومبادئ. . ونـظراً للتقدم الهائل الذى أشرت إليه، ونظراً لخلو ذهن حفيدك وأمثاله من المسئوليات والهموم، وأخذا فى الاعتبار أن الدنيا أصبحت عند أطراف الأصابع كما أوضحت، ومروراً بأن هناك الكثير من أعمـال "البيزنس" التى تستند إلى هذه الرغبة العـارمة والتى هى نتيجة مباشرة لهذا الفيض من الهرمـون السالف ذكره والذى يسرى فى دم هؤلاء الشباب، بغض النظر عن استفادتهم ولكن قصدا لإثارة غرائزهم فقط، وأقصد باستفادتهم حصولهم على ثقافة جنسية على أساسين علمى ودينى صحيحين،وكل ذلك طلبا للإعلانات التى تربحهم الملايين من جراء ذلك، لابد فى ظل كل هذه الاعتبارات أن يكون هناك حوار مفتوح وجسر ثقة ممدود بين الشاب والفتاة، وأولياء أمورهم سواء كانوا أبائهم أو غيرهم من ناحية أخرى، كما يجب ألا تأخذ العلاقة بين الطرفين شكل اللوم الدائم أو النصيحة المباشرة، هذان الشكلان اللذان يكرههما الشباب ويستندون إلى ذلك فى اختلاف الأفكار وفروق الأجيال وما إلى ذلك. . فالخطوة الأولى فى بداية حل مشكلتك مع حفيدك يا سيدى الفاضل هى أن توصل له أنك تفهمه وتدرك أحاسيسه تماما وأنك تتذكر وقت كنت فى مثل سنه واشتداد الرغبة عليك أحيانا، والحيرة فى تصريفها للتفرغ لشئون الحياة الأخرى. وربما جرى هذا الحديث على سبيل الدردشة دون مقدمات، ولا تتصور يا سيدى مدى ما سيترك من أثر فى نفس الصبى بإذن الله، فيكون بابك إلى عالمه، وشيئا فشيئا تعمق الحديث بينك وبينه وتجعله يشتمل على كلمات أكثر صراحة وعلى مواضيع أشد حساسية، وبالتدريج سوف تنفذ إلى عالمه وتنجح فى إقناعه بإذن

الله أن يؤتى ما يرضى الله وأن يبتعد عما يغضبه، ولتكن المرجعية الدينية هى السبيل الوحيد لدينا للحكم على الأمور وعمـا إذا كانت صحيحة ومفيدة أم لا .. سيدى الفاضل.. إن مهمتك صعبة.. ولكنـها ليست مستحيلة.. فاستعن بالصبر على أفعاله حتى تحقق مأرباً أكبر وبالله التوفيق.

١- سيدتى العزيزة:

أنا رجل شارفت على الخامسة والأربعين من عمرى: تزوجت من ابنة عمى كمصير محتوم لم أفكر فى غيره منذ أن كنت فى صدر مراهقتى، كما هو الحال فى بلدتنا وفى عائلاتنا الريفية، ولقد سعد كلانا بهذا الزواج بالرغم أنه زواج بلا حب، ولكن كانت تغلفه دائما المودة والرحمة، وبدأ الزواج ببعض الصعوبات فى إتمام العلاقة الجنسية كما هو الحال فى معظم الزيجات، وقد زاد من حدة هذه الصعوبات انعدام خبرتى السابقة بأى شئ مختص بالجنس، فقد كنت رجلاً بكرا إلى أن تزوجت والحمد لله، وقد حاولت الاستعانة ببعض نصائح الأخوة والأقرباء الذين سبقونى إلى الزواج، فتضاربت أقوالهم فأحسست أننى قد ضللت طريقى فى السؤال والاستفسار، فأحجمت عن ذلك وتركت نفسى للظروف، وقد كان.. فواجهت بعض الصعوبات الأولى كما أسلفت، ولكن أتم الله الأمر بفضله ونعمته بعد حوالى عشرة أيام من الزواج، ولاحظت أن زوجتى لا تستمتع أبداً بهذه العلاقة، وكانت تستثقل إجابتى إلى شهوتى ورغبتى فيها، وحين تضطر لذلك بعد إلحاح شديد منى تكون غير متجاوبة معى فى العلاقة على الإطلاق، بل إنها كانت تشيح بوجهها عنى وكأنها تستعجل كلمة النهاية.. فأصابنى ذلك بالفتور ناحيتها بشكل تدريجى، ولاحظت والدتى علي تغيرى فسألتنى، فوجدتنى أنهار أمامها معترفاً بكل شئ رغم علمى بأن زوجتى ستغضب غضبا شديدا إذا علمت أن أحدا قد علم بذلك منى، ولكنى لم أشعر بنفسى حيال ذلك، وربما قد فعل الله وقدر ذلك لأنه يعلم أن أمى ستكون قادرة فى هذه اللحظة على تسكين نفسى، وهذا ما حدث بالفعل، فقط طمأنتنى إلى أن هذا هو الحال فى أول سنة فى الزواج

تقـريبا، حيث تشعـر الفتـاة ببعض الآلام التى تطغى على الشعور بـالمتـعة.. ولذلك فـمن البـديهى أن ينفرن مـن علاقـة لا يصـيبـهن منهـا إلا الأحاسـيس السلبية.. فـارتحت لهذا التفسيـر،وقل غضبى وفتورى حيال زوجتى، وبدأت أعاملها برقة وليونة، وأصبحت أكثر مرونة فى ردود أفعالى تجاهها، وحرصت على أن أسترضيها دائمـا ليكون ذلك معيناً لهـا على تقبل العلاقة والتـجاوب فيها.. ولكن لم يسفر ذلك عن النتيجة المرجوة، ولا أزعم أنها حرمتنى العلاقة تماماً، ولكن أصبحت المسألة بالنسبة لى مجرد مذلة فى أول الأمر حتى أصل إلى بغـيتى ثم متعـة ناقـصة فى آخـر الأمر، حـتى أننى فكرت فى العـودة إلى ممارسـة العادة السرية حيث المتعـة الشخصية التى لا يفـسدها شريك سلبى.. وفى خضم هذه الأحـداث اكتـشفنا حمل زوجـتى فى ابنتى الوحيـدة وبالطبع امتنعت زوجتى تماماً عن العلاقـة طوال فترة الحمل، تارة بسبب الوحم، وتارة بسبب الثـقل الذى تشـعر به بسـبب الحـمل، وتارة بسـبب الإرهاق الشـديد، والحمـوضة وآلام الظهـر و..و..و.. ثم جاءت ابنتى ونـور حياتى إلى الـدنيا، وظننت أن حياتى الجنسية المريحة الخاليـة من المشاكل سوف تبدأ بعد انتهاء فتـرة النفاس، ولكنى وجـدت زوجتى أصـبحت أسوأ حـالا ممـا قبل، وبدأت "بروتوكولاً" جديدا لهذه العلاقة؛ فأنا لابـد أن أخبرها قبل اليوم الذى أريد فيه العلاقة أننى سأكـون راغباً فيها فى يوم كـذا، لتستعد نفسـيا وجسديا، ولابد أن يكون ذلك إمـا فـى وقت مـبكر وإمـا فى يوم سـابـق ليـوم الأجـازة، ولابد أن أسـترضيـها قبلهـا ولا أغضـبها أو أغـضب منها أو أرفع صـوتى عليهـا خلال الأسبـوع السـابـق للعلاقـة حتى تكون قـادرة على القيـام بها... وبعـد كل هذه الضوابط والمحـاذير، يكون لها الحق فى القبـول أو الرفض دون إبداء أسباب

لأن الاستجابة لأداء العـلاقة لا تكون كالزر الذى نضغط عليه فيـعمل الجهاز، ولكنها خاضعـة لمعايير أخرى مثل الحالة المزاجية وراحة البال!!! يا إلهى! ألا تتـخيـل هذه المرأة مـا يكون من حـالى بعـد كل ذلك؟ وهل بعـد كل هذه القـيود والمـعاييـر التى لم ينزل الله بهـا من سلطان، أيكون أنا الرجل الذى لا يزال راغباً فى زوجته أو راجيا إقامة هذه العـلاقة معها؟! إننى أحياناً ما أتصور أنه لولا أن ابنتى موجـودة فى هذا البيت ما كنـت قد خطوت إلى داخله!! هل تصدقين يا سيدتى أننى ذات مرة، وبعد وعد من زوجتى بإقامة العلاقة فى تلك الليلة، وبعد سعيى إلى المنزل فرحـا ذلك اليوم كالطفل الذى ينتظر هديته، إذا بى أجد زوجتى قد أحضرت عملة معـدنية، وقالت لى أنها ستلقيها إلى أعلى، فإذا اسـتقرت على الأرض على ناحيـة الصورة، ستـتم العلاقة، وإذا استـقرت على الناحية الأخرى فإنها لن تتمها!! والشئ الأعجب أننى قبلت هذا الاقتراح العجيب، بل الشـاذ، والذى احتقر نفسـى أحـيانا لقبوله.. وقد استـقرت العملة يومها علـى ناحية الكتابة، فنظرت لى زوجـتى بكل هدوء وقالت: "هارد لك"، ثم قامت إلى الفراش وأدارت لى ظهـرها ونامت.. ولولا رحمة ربى بى لكنت يومها قد أصابتنى أزمة قلبية من فرط غيظى منها من ناحية، وحزنى على نفسى وعلى حالى من نـاحية أخـرى.. وقد ظللت أنظر لها وهى نـائمة فى هدوء فى تلك الليلة وأنا أتخيل تلك القدرة الجبارة التى تتـمتع بهـا وتجيـد بها إذلالى وتحطيم نفسيتى ورجولتى، وفى اليوم التالى سألـتها سؤالا محددا ومباشرا عن سبب ما تفعله بى، واحتدت عليها فى الحديث وكدت أؤذيها جسدياً لولا أن أمسكت عن ذلك فى آخـر لحظة، فانفجـرت فى وجهى قائلة، إن هذه العـلاقة هى مـجرد وظيـفة حيـوانية ولا يصح لإنسان أن يجـعلها تتـملك منه إلى هذه

الدرجة، وأنها كلما رأتنى على هذا الحـال، نزلت فى نظرها إلى أسفل سافلين لتشبـيهى بالحيوان الذى يجرى وراء غـريزته، وهى تتمنى اليوم الذى أعـود فيه إلى إنسـانيتى الراقـية التى تعلو عـلى هذه الصغـائر !!! فأمـسكت عن الكلام وقررت أن أرسل لك يا دكـتوره لأستفـتيك فى هذا الأمر.. فـهل يمكن لامرأة صحيـحة البدن والنفس أن تفكر بهـذا الشكل؟ وما هو تفسيـر ذلك سواء كان سليماً أم لا؟!..

سيــدى الفاضل. . . إن تفسـير السيــدة الفاضلة والدتك هو تفسـير سليم تماماً من الناحيـة العلمية، فهذا هو واقع الأمر بالفـعل، فإن المرأة لن تسعى لعلاقة لا تـشعر فيهـا بالمتعة، ولكن الحلقـة المفقودة فى العـلاقة هى ظنك وظن والدتك أن الشعور بالمـتعة من ناحية المرأة هو شئ سـيحدث من تلقاء نفسه وبطريقـة أوتوماتيكية، ولا أنكر أن هذا يحدث أحـيانا، ولكن فى أغلب الأحيان لا يحدث ذلك، حيث أن الطبيعة الفـسيولوجية للفتاة تختلف عن تلك الطبيعة عند الفـتى، فالشعور بالإثارة الجنسية عند الفتـاة لابد وأن تـسبقه إثارة حسية، وبما أن ثقافتك الجنـسية منعدمة، فلقد جهلت ذلك فى تعاملك معها، فاصطدمت ثقـافتك الوظيفـية (بما أنك تنشـد أداء الوظيفة فى المـقام الأول) بثقـافتها العـاطفية (والتى تغـيب عن علمك وإدراكك تماما) فلم تجـد طريقا مشـتركا يجمـعكما سوياً، فكان مفـترق الطريق، وكل هذه الحجج من قـبلها للخلاص من هذه العلاقة التى تشعر هى فيـها أنها مجرد أداة، مما ترتب عليه وصفـها إياها بالعلاقة الـحيوانية الغـريزية الوظيفيـة البحتة. . يا سـيدى، إن

استمــتاع زوجتك بالعلاقة لابد له من حــوافز عاطفية، مــعنوية وجــدية تكون جنبا إلى جنب، وتــتجسدان فى الناحيــة المعاملاتيــة الرقيقة لــها، ومداعبــتها الجســدية كمرحلة أســاسية تسـبق العلاقة، وكلمــا كانت هذه المـرحلة كلما شعرت الــمرأة بالرضا النفسى والمــعنوى، وأيضا كلما صارت أعــضاؤها على مستوى الأنسجة والخلايا مستعدة لتوصيل التيارات العصبية الموصلة لإحساس الاستمتاع، مما يجــعلها عضوا فاعلاً وعاملا فى هذه العلاقة، فتشــعر بقيمتها كمــشاركة إيجابيــة من ناحية، وتــستمتع من ناحــية أخرى، ويســتمتع الرجل ويشعر بمضاعفة الرضا والمتعــة من ناحية ثالثة.. يا صديقنا، أحمد الله كثيرا واســجد لــه شكرا ان ظللت رجــلا بكرا إلى زواجك، وأرجــو ألا تخلط بين انعدام الخبــرة الجنسية وانعدم الثـقافة الجنسية، فــالأخيرة متاحــة للجميع إن كانت على أسس علمــية ودينة صحــيحة، فاســعيا سويــا إلى الثقافة الجنســية الصحيحــة واعذرها لجهلها بتلك الأمور، وأصلحا من أمــركما فى هذا الشأن وستعيد الأمور إلى الوجه الأكمل إن شاء الله.

١ - أنا أكتب إليك بالنيابة عن أربع سيدات: ثلاث صديقات لى وأنا، قررنا أن نكتب إليك بصفتك طبيبة متخصصة لإنقاذنا مما نحن فيه من حيرة كبيرة بخصوص أولادنا، وهم أصلا السبب فى صداقتنا، إذ أنهم تزاملوا منذ الصغر وجمعونا كأمهات لهم بحكم صداقتهم، فصرنا أقرب الصديقات لبعضنا البعض، وسبحان مسبب الأسباب... أما الآن فقد كبر الأولاد وصاروا على أعتاب المرحلة الثانوية، ودخلوا جميعا إلى مرحلة المراهقة (ما بعد البلوغ) الواحد تلك الآخر، وكلنا يعلم ما يصاحب ذلك من فترات إرهاق للأهل بسبب تمرد الأولاد ورغبتهم فى الرفض للرفض والمعارضة للمعارضة، لا لشئ إلا لإثبات الذات وفرض الرأى، أما ما اكتشفناه أخيرا فهو أنهم يتبادلون ما بينهم مجلات ذات صور مثيرة، والأدهى من ذلك هو تلك السى دى (الأسطوانات المدمجة) التى اكتشفناها فى أشيائهم الخاصة وحين قمنا بتشغيلها رأينا مجموعة من الصور والأفلام الإباحية المثيرة، وقد تعودنا عرض الأمور التى تخصهم فى لقاءاتنا سويا، وقد اكتشفنا أن كل هذه الأحداث حدثت لدى الأصدقاء الأربعة فى نفس الوقت تقريبا، بل أنها نفس الاسطوانات ونفس الأفلام، ويبدو أنهم لجأوا إلى هذه الأشياء بسبب الرقابة الصارمة التى نفرضها على استخدام الانترنت فى بيوتنا ووضعها تحت الرقابة المستمرة مما منع الأولاد عن الدخول إلى المواقع الإباحية، فاستعاضوا عن ذلك بتلك الاسطوانات التى لا نعلم من أين حصلوا عليها، بالرغم من أننا نحاول أتباع القواعد التربوية الصحيحة للتعامل معهم، ونقوم بحضور الندوات الخاصة بتربية الأبناء، بل أننا قمنا بحضور دورات كاملة ألقاها أطباء متخصصون فى الطب النفسى للأطفال، وحاولنا اتباع أفضل السبل معهم بقدر

الإمكان حسبما يتفق مع شخصية كل منهم، وقبيل مرحلة البلوغ لديهم، جعلنا أزواجنا يشرحـون لهم ما سيحدث لهم حتى يستوعبوا الأمر مبكراً حتى لا يصدقوا كـل ما يقال لهم من الأولاد الذين سبقوهم إلى البلوغ.. وبالرغم من كل المعلومات التى جمعناها عبر السنوات الماضية، وبالرغم من الأخذ بكل سبل العلم التربوى أثناء تنشئة هؤلاء الأولاد، فإننا نجد أنفسنا الآن عاجزات عن التصرف حيال هذا الأمر، وخاصة أننى حين أخبرت زوجى بذلك عن ابنه، ضحك كثيرا وعلق بكلمة واحدة : "الولد كبر بجد". وحين كررت سؤالى له عما يجب علينا عمله حيال ذلك، نصحنى أن أتجاهل الأمر تماما وأنها مرحلة لابد أن يعبر فيها كل المراهقين، وأنه لا ضرر من ذلك، وحين سألت صديقاتى عن مواقف أزواجهن، وجدت أن مواقفهم كلها متقاربة من حيث رد الفعل تجاه ما نعتبره نحن مصيبة من مصائب الدنيا التى حلت علينا على غير انتظار، ولكننا لا نستطيع الاستسلام للأمر، نحن إلى الآن لم نقم بأى شئ إيجابى حيال ما يحدث، كما أننا اتفقنا ألا نواجه الأولاد بما علمنا من أمرهم حتى نتدارس فيما بيننا ما يكون تصرفا صحيحا فى هذا الموقف، وقد اتفقنا على أن نكتب لأخذ رأى متخصص وقد أجمعنا على اختيارك يا دكتوره لتفتينا فى الأمر.. شكرا مقدما لسرعة الرد...

✍ ✍ ✍

سيداتى العزيزات. .

اسمحن لى أن أهنئكن على صداقتكن الإيجابية، وعلى حسن استغلال أوقات فراغكن فيما يهم ويفيد، فماذا يهم ويفيد أكثر من مصلحة فلذات

أكبادنا لنصل بهم إلى أن يتمتعوا بالشخصيـات السوية، فيستوى مستقبلهم من كل ناحية، من الناحـية الشخصية والحيـاتية، وحتى من الناحية الجنسيـة فيما يختص بالقوالب التى تشكل أثناء فترات نموهم المختلفة، وخاصة تلك الفترة الحرجـة من حيـاتهم، وهى فترة المـراهقة، حـيث أنها تعتـبر فـترة فيـضان للمشاعر وخاصة الجنسية منها، بسبب تلك الزيادة الهائلة فى كمية الهرمونات الجنسيـة والتى تفرزها الخصيـة فى هذه السن، حيث يبدأ ذلك قـبيل البلوغ، ويـستمر هذا الإفراز بهذه النسـبة العالية إلى أوائل العشرينات من العمر، ثم تبدأ هذه النسـبة فى الاعتـدال فى توقيت لاحق، ولكنه ليس تـوقيتـا ثابتا، فـهذه النسب كلها خـاضعة للتغيـرات حيث تختلف من شـخص لآخر، ومن شاب لآخر ومن طفل لآخر. عودة إلى هذا الهرمـون، والذى هو السـبب فى الرغبة الجنسيـة التى يحسهـا الشباب فى هذه السن، والتى أحـياناً ما تمـتلك عليهم مشـاعرهم بشكل كـامل، من فرط قدرة هـذه الرغبة فى فـرض نفسـها على السلوك والمـشاعر الإنسـانية بشكل مـتناهى القوة، وخاصـة إذا لم يكن لدى الفتى فى هذه السن ما يشغله بشكل أكبر، وأهم خطوط الدفاع فى هذه الحالة هو ممارسة رياضة منهكة، فيحـدث بذلك تصريف للطاقة المندفعة إلى أجساد ووجدان هؤلاء الـفتيـان، فتـتم بذلك تصريف للـطاقة المندفـعة إلى أجـساد ووجدان هؤلاء الفتيان، فيتم إعادة توزيع الأولويات فى نطاق اهتمامات هؤلاء المراهقين بشكل تلقـائى ولا إرادى، فتأخذ الأفكار الجنسية حيـزاً معقولاً فى أذهانهم، بدلا من هذا الحيز الرهيب الذى قد يتخطى المعقولية أحياناً.

وبالرغم من أننى أغـبطكن كـثيـرا على هذا الكم من الاهتـمـام بتربيـة

ومـصلحة أبنـائكن، فإن لى مـأخـذاً واحداً على كل هذا الـتاريخ الإيجـابى المشرف، وهذا المأخذ هو أنكن نأيتن بأنفسكن عن منطقة الحديث عن كل ما يخص الجنس والأمور الجنسـية، ولو أننى متأكدة أن الدورات والمـحاضرات التى حضـرتمنها اشتملت على غـير ذلك، فقد كـان يجب عليكن أن تحددن جسـور الحوار بيـنكن وبين أبنائكن فى كل المـجالات دون استثناءات، وألا يقتصر ذلك على أبائهم فقط لأنهم ذكورا! ولو كنتم قد اتبعتن هذا الأسلوب، لما كنتن فى هذا الموقف الحائر الآن. ولكن الأوان لم يفت بعد، فليس على كل أم منكن إلا أن تصارح ابنها بمـا علمته من أمره، ولتكن مواجـهته بشكل سلمى وهادئ تمامـا، وليكن دخول كل منكن إلى عالم ابنهـا السرى هذا هو إقناعه بأنهـا تتفـهمه وتفـهم احتيـاجاته وخاصـة من هذه الناحيـة، حيث أن المراهق فى هذه المرحلة يعـتقد أنه لا يوجد على ظهر هذه الدنيا مـن يفهمه ويفهم احتياجـاته كرجل بالغ (كما يعتقد) وخاصة أمـه حيث انها أولا وأخيراً امرأة ولا تستطيع فهم مشاعره (كمـا يعتقد أيضا) وطالما أن الأم تصر على أن تأخذ شكـل الناصح التقليـدى الذى يقف على المنصة قـائلا مجـرد إرشادات ومحاذير، فلن تصل هذه الأم إلى قلب ابـنها وعالمه مهمـا طال بهما الزمن، ولكن إذا فهمت مـشاعره واستـوعبت اهتماماته وشـاركته إياها، كسـبت ثقته وصداقته وأزالت مـا بينهما من حواجز، وتوطدت بينهما عـلاقة متينة تزيد مع الأيام ولا تنقص.. أما آراء أزواجكم حيال هذه المسـألة فهى لا تعدو أن تكون آراء لامبالية من منطقـة أن الرجال أحيانا ما تثقلهم أعباء العـمل، فلا يرغبون فى المزيد من الأعباء العائلية، ويفضلون التـغاضى عما يبدو لهم غير مهم أو أنه شئ قد حـدث لهم ومر بـسلام كمـا يظنون، ربما لأن اهتمـام الأهل بهذه

الأشيــاء فى تلك الأيام لم يكن يتمــتع بالوعى الكافى، وايضا لأن المــعطيات العصرية الآن أكثر كثيرا وبالتالى أخطر كثيرا من ذى قبل، ولكن ذلك يتعارض بالطبع مع مصلحــة أبنائنا على طول الخط، إذ أن كمّــا كبيرا من المــعلومات المغلوطــة وغير المــوثوق بها تصل إلى مــداركهم عن طريق الأبواب الخلفــية للثقافة الجنسية والتى تصبو فقط إلى إثارة الغرائز وليــس لأى شئ آخر، فيكون هذا طريقا للتــربح الرخيص وليــس البــتة مصلحــة من يشاهد تلك المتــجات الإباحية . . .

⭘⭘⭘⭘

أنا رجل فى الثـالثة والسـتين مـن العمـر، قد حـبانى الله بزوجـة صالحـة كانت خير سند لـى فى الدنيا، وخير أم لأبنائـى الذين تزوجوا جميـعا بفـضل الله واسـتـقروا فى بـيوتهم، ورزقـهم الله البنات والبنين، وكـانوا يأتون لزيارتنا مرة أسبوعـيا يكون فيها البيت كالـسوق من أصوات الأبناء وزوجاتهم والبنات وأزواجهن والأحفاد بطبيعة الحال، وكانت زوجتى تجهز لهذه الوليمة الأسـبـوعية بفرح وحـب، فكانت حياتنا كـالمسلسل الممتع الملئ بالأحداث السعيدة، حتى أن حياتنا الخـاصة كانت على خير ما يرام بالرغم من أننى كنت قد تخطيت الستين وزوجـتى كانت قد شارفت عليها. ولكن شـاء الله سبحانه وتعالى ألا تكمل زوجتى مـسيرة الحيـاة معنا، فقد رحلت عن دنيانا منذ حوالى السنتين بعد مـرض قصـير ومن يومـها صـار البيـت مـوحشـا، وانقطعت تلك الزيارات الأسبوعـية الصاخبة شيئـا فشيئا، وصار كل شئ حـولى مجرد أطلال لحيـاة كانت تمـلأها زوجتى هناء وبهـجة بحديثـها الشـيق الجميل وثقـافتـها وقراءاتهـا وإجادتهـا فن الحديث ورشاقـة الحوار.. وقـد تعودت على حـياتى الجديدة بالرغم مما فيها من وحشة شديدة، ولكن ما لا أستطيع التعود عليه هو تلك الرغـبة الجنسية المتـدفقـة التى لا أراها تناسب شـيخوخـتى، ولكن هذه الخواطر تفـرض نفسها على بشكل شـديد، وأستحضـر دائما حياتى الـخاصة وعلاقـتى الحميـمة بهـا، وطالما فكرت فى الزواج مـرة أخرى، ولكنى أرفض لسببين، أولهـما هو حبى الشديد لزوجتى الراحلة، والتى أشعـر أننى سأخونها إذا مـا وضعت أخـرى فى مكانهـا حتى وإن اسـتحـال وضعـهـا فى مكانتهـا، والسبب الثانى هو عجزى عن مواجهة أبنائى برغبتى تلك وخجلى من أن أفسر أو أعلل لهم تلك الرغبـة، وخاصة وهم يعلمـون مكانة والدتهم لدى، وقد زاد

من أزمتى أننى أحلت إلى المعاش مؤخرا بعد مـد خدمتى لمدة سنتين وانتهاء هاتين السنتين، فأصـبح الفراغ يقتلنى، ويزيد من افتقادى لـزوجتى وخاصة من ناحيـة الحس والرغبـة الجنسيتـين. فهل هناك شئ مـا خطأ في؟! ألم يكن من الأجور بى أن ألغى هذه الرغبـة من تفكيـرى بوفاة زوجتى؟ أليـس من الطبـيعى لشيخ مثلى أن ينصرف عن تلك الأمور الدنيـوية إلى ما يفيده فى آخرته فقط؟! من فضلك يا دكتوره أفيدينى عن التفسير العلمى لما أشعر به من رغبة متأججة لا تتناسب مع ظروفى.. ولك جزيل الشكر.

✍ ✍ ✍

سيدى الفاضل العزيز . .

أود أولاً أن أقدم لك تـعازى الحارة وتعـاطفى الشديـد معك لفقـد تلك الزوجة الرائعة التى كانت لك بالفعل خير متاع الدنيا. . أما عن التفسير العلمى لمـا تشعـر به فإنى أقـول لك يا سيـدى أنه ليس هناك أى خطأ أو عـيب من الناحيـة الصحيـة لما تشـعر به من رغبـة متأجـجة، فمـن الواضح أن قالبك الجنسي هو من الـقوالب الـنشطة، والتى تـسـتـوجب الأداء الجنسى المـتكرر لإتمام الإشـباع الجنسـى، وقد سـاعدت على نمو هذه الرغـبة استـمرارية فى الأداء لمدة طويلـة بناء على استجـابة زوجتك وتشـجيعـها لك وعـدم لفظها لرغبتك فيها - رحمهـا الله وأجرها أعظم الأجر عن بلائها معك - وقد خبت هذه الرغبة لفترة كنتيجة لفقـد زوجتك المحبية إلى قلبك، حيث أن شفاء هذه الرغبة ارتبط طوال عـمرك الزواجى بهذه الإنسـانة، فيكون رد فـعل فقدها هو الرفض النفسـى لكل ما يرتبط بها وقد سـاعد على ذلك أيضا انشغالك بعملك

الذى كان يلهيك عن الاختـلاء بنفسـك للبحث بين جنباتها عـما ينقصك آنذاك أما الآن فقد انقشـعت عنك هذه الموانع، وانزاح السـتار عن فطرتك التى تلح فى طلب العون لتحـقيق الإشباع الحسـى الذى تـعودت عليه، بل الذى فطرت عليه، وهذا هو حـالك الآن.. وقد حلل الله الزواج بل حبـبنا فيه يا سـيدى لمعرفـته سبحانـه (وهو خالق الإنسان وفاطره) بشدة إلحـاح هذه الغريزة على الإنسان بحـيث تملك عليه حواسـه كما تشعـر أنت الآن، فيا سيـدى حادث أبناءك فى هذا الموضوع، وإنى على يقـين أنهم سيتفهون الوضع، فـهم ليـسوا أطفالاً ولا صغاراً، كما أنهم تربّوا تربية سوية بين أب وأم أسوياء متحابين مما يبين أنهم بالـقطع شخصـيات سوية، وتلك الشـخصيـات السوية لا يمكن أن تتحـدى الفطرة أو تقف حـائلا دون ما شـرعه الله وحـبب إليه، وخـاصة إذا أحسنت الاختيار فى زواجك يا سـيدى، فلتكن زوجة متوافقة معك اجـتماعياً ووجدانياً وسناً كى تستقيم الأمور، كما يرجى لها، فيا سيدى العزيز أنت رجل طبيعى وسوى، تتمتع - بفضل الله - بكامل طاقتك وفتوتك الجنسيتين، وهى غـريزة قد خلقـها الله فى أبناء أدم، وخلـق تفاوتا فى شـدتها بين كل إنســان وآخر، فاحـمد الله يا سيدى حـمداً كثيرا خـصك أن حقك بالصحة والعـافية وهذه الأحاسـيس المرهفة والتى يفـتقدها الكثـيرون فى مثل سنك، ووظفـها بشكل سليم وبشكل حلال، وهو الزواج بنية الابتعـاد عن الفتن والموبقات.. فـلا تعذب نفـسك بكثـرة اللوم فى أنك شـيخ لا يصح له التـفكيـر فى هذه الأشياء، فأنت لم تخلق نفسك ولم تفطرها على هذه الرغبة، فإنه الله سبحانه تعالى الذى خلق الداء وخلق الدواء.. فـسبحان الخالق العظيم.

❂ ❂ ❂ ❂

سؤالى قصير ومقتضب: هل الأم لأول مرة هى زوجة لآخر مرة؟

أيها السائل العزيز...

لقد فهمت الغرض وراء هذا السؤال، فهناك الكثير من الزوجات، والصغيرات منهم على وجه الخصوص، هؤلاء يصبحن أمهات لأول مرة، فتكون تلك هى نقطة التحول في حياتها الزوجية، فبعد أن كانت تهتم بزوجها فى المقام الأول، وبمصالحه وما يريده وما يحبه وما يكرهه وما يريده منها بل ما يفضله فيها، وتسعى لتحقيق مآربه هذه، ينقلب هذا الحال فور ولادتها الأولى لطفلها الأول أو طفلتها الأولى، وتنتظر من زوجها أن يكون آخذا لنفس الموقف من هذا الطفل الذى أصبح لهم المحور الأساسى فى الحياة الذى يدور فى فلكه كل شئ من رغبات ومصالح، وبالرغم من أن فى ذلك أمومة متناهية وتضحية كبيرة ونكران شديد للذات، ولكن هذا أيضا شئ غير مقبول من جميع النواحى، فهناك فارق كبير فى الرغبة الجنسية من ناحية الكم والكيف بين الرجل والمرأة، فإذا كانت أمومة المرأة طاغية لدرجة تغطى على الغرائز الأخرى، فإن هذه الأمومة ليست غريزة عند الرجل، أما الأبوة فهى ليست غريزة، ولكنها ممارسة، ولكن الجنس غريزة، وغريزة شديدة الإلحاح على الرجل خاصة.. ولذلك فيجب أن تكون المرأة على قدر من الذكاء وحسن التدبير بحيث تشعر زوجها أن له نفس المكانة بل أنه الأهم عندها من الطفل - لأن الزوج أحيانا ما يشعر بالغيرة من الطفل.. وأنا أقول لكل أم حديثة أنها بمجهود متواضع تستطيع التوفيق بين أوقاتها بحيث يحصل كل طرف على حقه دون المساس بحق الآخر..

✉ أنا زوجة شـابة فى السابعـة والعشـرين من عمـرى، متزوجـة منذ ثلاث سنوات ولى ولد عمره عام ونصف.

فى أثناء مرحلتى الجامعية كنت قد ارتبطت بعلاقة عاطفية مع أحد زملاء الدراسة حتى أنه ملك علي جميع حواسي وأصـبحت أرى الدنيا بعينيه وأشعر بكل شئ كما يشـعر هو، وتطورت الأمور فى علاقـتنا العاطفية حـتى أصبحت علاقة جسدية - ولكن غيـر كاملة - وهنا بدأت أفيق إلى أننى يجب أن تصـبح علاقتنا ذات شـكل رسمى، وحين فاتحـته فى ذلك بدأ يسوف ويتهـرب بحجة أنه ما زال طالبا وأن الارتباط لابد أن يكون بعد التخرج ليجد ما يتقدم به لأهلى من مركز وشـهادة ووظيفة، فرفـضت ذلك بشدة واستعجلتـه فى التقدم لأهلى خشية أن يضيع منى وخاصة أننى كما قلت كنت قد ارتبطت به بشكل أكثر من مجـرد الشكل العـاطفى التقليـدى للعـلاقة، وقـد تقدم بالفـعل لأهلى ولكنهم رفضـوه رفضاً قاطعـا لإحساسهم بأنه يفـتقر إلى الشـعور بالمسئـولية، ولكنى تصـديت لهم بشدة وهددتـهم بالانتحـار إذا لم يوافقـوا عليـه، فتـراجعـوا عن موقفهم تحت هذا الضغط وتمت الخطبة بالفعل، واسـتمرت علاقتنا الجسدية غير الكاملة مستمرة حتى جـاء يوم وصارحنى خطيبى وحبيبى آنذاك أنه قد مل منى وأنه لا يريدنى زوجة وأنه كـان يكسب وقتاً بهذه الخطبة لـكى يريح نفسه من إلحاحى عليـه، وقد فاض به الكيـل عند هذا الحد، ولا يريد أن يستـمر فى هذه المسـرحية «الـسخيفة» أكثر من ذلك، فأصابنى انهـيار عصبى دخلت على أثره المـستـشفى لـلعلاج، وكم تمنيت أن أكـون نائمـة وأرى كابوسـاً أريد أن أصـحو منه، وينتـهى كل شئ ببـزوغ النهار، ولكنهـا للأسف كـانت الحقـيقـة

المرة.. وبـدأت أن أرفضه بعـقلى شيـئا فـشيـئا ولكن كـانت أحلام الفـتاة فى داخلى وإحساسي العـاطفى لا يشعر إلا به، وارتبطت كل الانفعالات الحـسية بداخلى به فى أحـلام اليـقظة واجـتـرار الذكـريات.. ومـرت السنون على هذا الحـال إلى أن تزوجت زوجى الحـالى بعاطفـة باردة، وبعـقلى دون إحـسـاسى وغمرنى بطيبـته وحنانه اللذاين عوضانى عن الصدمة القـديمة، وبدأت علاقتى الجسـدية به، فوجدتهـا علاقة باردة، تقليـدية، جسديـة بحتة لا مكان للعـاطفة فيها، وكـلما صرت معه فى لقاء حـميم، استرجعت تلك اللقاءات مع حـبيبى الأول والتى بالرغم من كـونها لـم تكن كاملة ولكنهـا كـانت دافئـة وجمـيلة، فأصبح اللقاء الحميم ثقيـلاً علي للغاية، حتى أننى أصبحت أتظاهر بالنوم قبل مجئ زوجى إلى المنزل هربا منه، كما اقتصر دورى فيه على دور المتلقى الغير مشارك فى أى شـئ، ولكننى لا أشعر بالرضا حيال ذلك، فكم أتمنى أن يكون زوجى قادراً على إمـتاعى كما كـان حبيبى قـادرا عليه !! وأحياناً مـا أتساءل: أيكون هذا هو نهايـة المطاف؟ أيكون مكتوباً على أن أقـضى بقية حـياتى على هذا النحـو دون أن استطيع أن الاسـتمتـاع كامـرأة وكزوجة؟ ولمـاذا لا يكون زوجى عالمـاً بأساليب إمـتاع المـرأة مثل حبيبى الأول؟ أليـسا رجـلاً مثله؟! أنقذونى من هذه الأفكار التى تكاد تذهب بعقلى.. أفادكم الله..

أيتها السـائلة..

أعتـرف أننى لا استطيع التـعاطف مـعك إطلاقا، فـما يحـدث معك لا يتعدى كون الشيطان قد تمكن من تفكيـرك ومن مجريات الأمور معك، فزين

لك الباطل والحرام وصــوره لك سعادة كاملة، وقلل شـأن الحلال وجعله هو العذاب البين فى حيـاتك، وملخص القصة من الناحية التحليـلية هو كالتالى: مع تعرفك على الشاب الأول فى حياتك كنت بريئة ونقيـة كالصفحة البيضاء، ومن فرط انبـهارك به، اسـتمر هذا الشـيطان المارد فى غوايـتك حتى وصلت بكما العلاقة إلى ما حرمه الله، واشتمل ذلك بطرق للاستمتاع الجنسى علمك هو إياها، فانطبعت على تلك الصـفحة البيضاء وتركت فيهـا أثرا ثابتاً أو شبه ثابت، حيث أثرت عـلى الفطرة الأساسيـة بشكل سلبى واضح، ذلك أن الله تعالى قد حرم الزنـا فى جميع الرسالات السـماوية لهذا الـغرض تحديداً حيث يريد الله صالح الإنـسان بأن يحـفظ عليه براءة فطرته إلى أن يتم تشكيلها داخل النطاق الحـلال بالزواج، وما حـدث لك يا سيدتـى هو خير دليل عـلى شدة حرمة هذا الموضوع، وبيان كامل لحكمة الله سبحانه وتعالى فيما يختص به، ولهذا ترجمة علمية مفـسرة فى علم الجنس، وهو مـسألة القوالب الجنسية، إذ أن هذه القوالب تنقـسم إلى قوالب جـامدة خاصة بـالجنس الواحد، ألا وهى طريقة إمتاع مشتركة بين جميع الرجال أو بين جميع النسـاء، والقوالب الأخرى هى القوالب المـرنة، وهى ما يتم تشكيلها بناء على طريقـة الطرف الآخر فى الإمتاع والاسـتمتاع، فيصـبح الموضوع مزيجا جـميلا من المشاعر والمـتعة، وخاصة إذا غلفـته العاطفة وزانته الثقـافة الجنسية، ومعـرفة كل طرف بأصول الإمتاع والاستمتاع وحق الطرف الآخر فيه، وتتوج هذه العلاقة الجميلة بوجود الحوار الـمشترك بين الزوجـين وخاصـة فى هذه الأشيـاء التى هى حكر على كليهـما دون الآخـرين، ذلك الحوار الذى لا يجب أن يتـوقف عند حدود أو سدود، ولا يجب أن يحـمل بين طياته أى خجل أو حيـاء أو خوف من سوء

تقدير الآخر، مما يحمل تلك العلاقة الحمـيمية ما لا يجب أن تحتمله مما لم يخلق لها، واعتقد يا سيدتى من الأحداث التى سردتيها فى خطابك أن الحوار بينك وبين زوجك مفتـقد إلى حد بعيد، بل أنك تعـتقدين أنه لا يحق لك أن تتفوهى بكلمة عن موضوع استمتـاعك من عدمه، خشية أن يوصمك هذا بما لا تقبله امـرأة ولا زوجه، ولكنى هنا أقف عند هذه التـفصـيلة وأقول لك أنه ليس من الضرورى أن تخوضي مع زوجك فى أسباب عدم اسـتمتاعك معه أو الفارق بين اسـتثارتك الحاليـة والسابقة، فليست التـجربة هى السـبيل الـوحيد للاسـتمتـاع الجنسى، ولكن يمكنك أن تقنـعيه بـاتخاذ سبـل أخرى للإمـتاع المتبادل طلبـا فى متعة حلال أكبر وأعـمق عـسى أن تكون ذات أثر أحسن من الناحيـة المشاعـرية، وعلى خط متوازى أريد أن أطلب مـنك أن تتقى الله فى زوجك الطيب وفى حـياتك مـعه وأن تدعى عنك تلك الوسـاوس الشيطانـية والتى تفرض نـفسهـا على تفكيرك وذلك لضـعفك الشديد أمـامهـا، وبسبب استحـضارك الدائم لتلك الذكريات الحرام، والتى تنشدينهـا وأنت فى أحضان زوجك، وذلك لن يؤدى إلا إلى مصير سلبى محقق، وقد كنت أتوقع منك يا سيدتى أن تتوبى وتستغفـرى لما بدر منك فى فترة سابقة وأن تطردى كل تلك الذكريات الشيطانية من ذاكرتك وتلفظيهـا كلما داعبت مخيلتك، وأن تنخرطى فى علاقـتك مع زوجك، وتفكري دومـاً فى صفـاته الحميـدة الجمـيلة التى أعجبتك فـيه من أول الأمر، وإذا كان جاهلا ببعض أمور الاسـتمتاع الجنـسى فهذا هو الحال مع الكثير من الشـباب، وليـست هى نهاية العالم، بل بالعكس أنا أرى أنه يـستمـتع بكل صفات الزوج الصـالح الذى يـسعـدك فى الدنيا بحنانه وفى الآخرة برضائه، وهذا النوع من الناس يكون مرناً فى فـكره ومتفاهما مع

زوجته وراغباً فى رضائها، فتأكـدى يا سيـدتى أنك إذا دعوتيه بالحسنى لتجويد علاقـتكما الجـسدية، فلســوف تنعمـين بخيــر الدنيا والآخرة. . وفـقك الله وأسعدك بزوجك الطيب الحنون.

○○○○

✉ أنا زوجة منذ ١٢ سنة، وأستطيع أن أقول أننى أعيش فى مأساة حقيقية، تلك هى أننى أعيش مع زوج صامت طوال الوقت، فلا يوجد بيننا كلام إلا فى أضيق الحدود، وهو لا يبادئنى بالحديث أبدا إلا إذا كان يريد منى شيئا، أى أنه يعطينى أمرا مباشرا لما يريد وهذا هو كل شئ، حتى فى أخص اللحظات بيننا مثل لحظات العلاقة الحميمة يكون الكلام مقتضبا فى طلب هذا الغرض ثم يسود الصمت من جديد، ويقتصر ذلك على لحظات معدودة فى حياتنا سويا، وحين فاتحته فى هذا الموضوع أكثر من مرة سابقة، كان رده دائما أن هذه هى طبيعته وأنه لا يحب كثرة الكلام، وحتى فى أى من شئون أولادنا، حين أبدأ فى أن أقص عليه شيئاً من الأحداث الخاصة بهم أو التى حدثت لهم فى المدرسة أو فى النادى، يبادرنى قائلا: "اتصرفى أنت، واعتبرينى غير موجود"، وقد سئمت هذه الردود كما سئمت الحياة بهذه الطريقة، وأصبحت فى غاية العصبية طوال الوقت مع أولادى ومعه، وهو يتهمنى بأننى شخصية غريبة وغير طبيعية، وأصبح هو الذى ينصحنى - باقتضاب أيضا - أن أتمالك نفسى وأعصابى لأن الأولاد لا يجب أن تكون لهم أم بهذه المواصفات !! وأصبحت أتمنع منه حين يدعونى للفراش لا لشئ إلا لأننى أحسست بالمهانة الشديدة، وأحسست أننى مجرد أداة لإسعاده فقط لا غير دون الالتفات لمشاعرى أو احتياجاتى أو ما إذا كنت راضية أو غير راضية عن هذه العلاقة الخاصة جدا أو ربما سعيا وراء أن يدللنى أكثر أو أن يرجونى أن أجيب له مآربه فى كامرأة فيرضى ذلك جزءا من غرورى الذى اختفى عبر السنين وكرامتى التى سحقتها أيام الصمت الطويلة.. ولكن هذا لم يحدث أبدا، فكان السيناريو دائما عبارة عن كونه يطلب منى العلاقة، فأرفض،

فينتـهى الموضـوع تماماً عند هذا الحـد!!! فأنا الآن لست باكـية على شئ فى حياتى إلا أولادى، فلا أنا أستطيع أن استـمر فى حياتى على هذا النحو، ولا أنا أسـتـطيع أن أنفـعل وأنـدفع وأطلب الطلاق فـيكون ذلك وبالاً على أسـرتى بأسرها، وينشأ أولادى فى كيان أسرى مفكك فيؤثر ذلك عليهم سلباً، أما الآن فأنا أحـاول تغطية الجـوانب المنقوصـة فى حيـاتهم بسبب غـياب دور الأب، ولكنى أحس أيضا بقواى تنهار شيئا فشيئا، فأنا كثيرا ما أحتاج إلى لمسة حانية من رجل يبتسم فى وجهى، ويقول لى كلاماً لطيفا (ولو كذباً) ويقدر مجهودى وإرهاقى مع أولادى ومعه وداخل بيتى، ويدللنى ويدعونى لفراشة فأتمنع فيلح فى الطلب لأنه لا يسـتطيـع الاسـتـغناء عنـى، هذه هى الأمنيـات التى تدور فى مخيلتى حين أغمض عينى وأطلق لخيالى العنان، ولا أعتقد أننى جائرة فيها أو أننى أطلب ما ليس لى أو ما يفوق الخيـال، كما أننى لا أريد أن أطلق مسامعى لغيـر زوجى - وهم كثـيرون - وأنشـد عندهم هذا النوع مـن الحديث فأخـسر دنياى وآخرتى واحترامى لذاتى.. فـهل هناك حل مع رجل بهذه المواصفات أم أن هذا هو قـدرى ولا فكاك منه؟! إنكم أملى الأخيـر، فإنه مـتابع دائم لبـابكم وأنا أعلم أنه سـيعـرف نفـسه حـين يقـرأ الرسالـة، فلعلك تفلحـين يا سيـدتى الدكـتوره فـيـما فـشلت فـيه أنا على مـدى السنوات السـابقـة.. ولكم الشكر مقدما..

✍ ✍ ✍

سيدتى الفاضلة . . .

اسمـحى لى يا سـيدتى أن أقـدر لك الكثيـر والكثيـر من الصفـات التى

تتحلين بهــا، والتى أغبطك حقا عليـها كما أغبط زوجك عــلى أنك زوجته، ومن ذلك حرصك على بيتك وعلى كيان أسرتك وعلى مصلحة أولادك وأيضا قدرتك على تشــخيص المشكلة وتحــديدها فى نطاق الصمت، وافتــقارك إلى الحنان والاهتمــام بك مثل باقى النساء، وأيضا حــرصك على التزامك الدينى الذى يخيفك من ضــعفك النفسى أمام ما تفتقــدين مع زوجك من اهتمام بك كأنثى ولو بالكلمــة الطيبة. . . وهنا أريد توضيــح نقطة هامة، تلك النقطة هى بعض الرجال - وأعتــقد أن زوجك منهم - ينظر لزوجته كحــدث قائم بالفعل وثابت من ثوابت الحياة لا يستحق أن يلتفت له بحكم أنه ليس حدثا متغيرا أو متجدداً، كما ينظر هؤلاء لصفات الزوجة الحميدة على أنها حق مسـلم به وأنها صفات لابد وأن تكون موجودة، ولا فضل لهــا فيها، ولا يجب أن تحمد لها هذه الصفــات، وكأن تلك الصفات هــى الأصل فى كل شئ وأن ليس للزوجة أى فضل فى تحليها بها، وهنا يقع الخطر مجســما، وأقصد أن أشير إلى أكثر من نقطة:

النقطة الأولى: هى أن هناك مشكلة فى بعض الأحيان فى تعريف العلاقة الزوجية، وأرى فى ذلك تأثرا بالأفلام العربية القديمة والتى يرتبط فيها الزواج بكلمة "النهاية"، ولكــن الواقع أنها "البداية"، حيث يجب أن يبدأ مــعها كل طرف فى استيــعاب سيكولوجية الطرف الآخــر ومتطلباته، وعلى كل طرف أن يشرع فى تنفيذ ما يؤدى إلى سعادة الآخر التــى هى بالفعل سعادته الشخصية، ويتطلب ذلك الكثير والكثيــر من التفاهم وسعة الأفق مما يســاعد على تحقيق الانصاف بين الطرفين، ولنعلم جميعا أن العــلاقة الزوجية ما هى إلا كيان حي

يحتاج إلى رعاية واهتمام ومتابعة وحوار قــائم ومستمر لمعرفة مجريات الأمور وما يستجد من أحداث على الجـانب الآخر، أى على مستوى الطرف الآخر، وملاحظات هذا الطرف الآخر على مجريات الأحـداث فى هذه الحياة، وعما إذا كانت تحتاج أو لا تحتاج إلى تغيير أو تعديل أو تبديل، وأيضا الملاحظات العابرة من كل طرف لابد أن تؤخذ فى الاعتـبار من الطرف الآخر، فقد يكون فيها سـعادة كامنة لن تبزغ إلا عند تنفيذها، وتـــرى كل هذه الأشياء الســالف ذكرها أيضا على علاقة الرجل بأولاده، فلماذا لا تسود الصداقة ويغلب الحوار على مجريات الأمور؟! فلنجرب ذلك يا سيدى الزوج ومصير الأمور إلى كل خير بإذن الله.. أما ما يختص بالعـلاقة الجسدية بينك وبين زوجك يا سيدتى الفاضلة، فإنى أعطـيك كل الحق فيما تقولينه، فلقـد خص الله الإنسان بكون هذه العلاقـة مغلفة بالعـاطفة، وكان يمـكن أن تكون كـسائر الحـيوانات، وألا يكون للإنســان فيـها إلا الأداء الذى يحفظ له التناسل ويضمن اسـتمرار النوع، ولكن لذلك حكمة كـبيرة، فلقد أراد الله لهــذه العلاقة أن تكون وقود الـحياة الزوجية وضــمان بث الود والعاطفة فـيها، وبالتالى السـعادة التى تكسـوها من جراء نجاحها، وهذا يتنافى بشدة يا سـيدى الزوج العزيز مع الطريقة التى تقوم أنت بهـا إزاء هذه العلاقـة الحسـاسـة، والتى لا تعـدوا أن تكون مجـرد أداء للوظيفـة وإجابة لشهـوة جسدية بحـتة، ومن المـعروف على مـستوى العلوم الجنسـية أن هذه العلاقة وظيفية بنسبة كـبيرة لدى الرجل، وعاطفية بنسبة كبيرة أيضا لدى المـرأة، ولكن إذا استجابت المـرأة لرجلها أثناءها وكانت متـفاعلة بقدر كـاف يتحقق رضـا مضاعف للرجل منهـا ويتم له إشباع نفـسى وعاطفى كبير، وفى ذلك أيضا حكمة، وهى أن يسعى الرجل دائما لإرضاء زوجته حتى

يتحـقق له ذلك الإشباع وتلك الـدرجات العلا من المـتعة، وهنا أوجـه كلمة للرجـال قائلة ألم تـسـمعـوا يا معشـر الأزواج قول الشـاعر: "يتـمنعن وهن الراغـبات"، إن هذا تحـديدا هو الحـال مع زوجتك حـاليـا، وهى لا تطلب الكثيـر، ولا تخرج عن نطاق حقـها فى أن تكون زوجـة كاملة، أى أن تكون زوجة حيـاتية ونفسيـة وجسدية، وأن تسرى حـياتكما بشكل طبيـعى ويتشارك الزوجان فى جميع أمور الحياة وأحداثهـا اليومية، وما يختص بأولادهما، وإن بدت الأمور تافهة أحيانا، ولكنها فى جـوهرها ليست كذلك، فتلك المشاركة وإن كانت فى أصـغر الأشياء هى التى تخلق هذا الجـو الدافئ داخل البيت..

وأخيـرا أقول لك يا أخى الفـاضل أنه ليس من العيب أن يتـوقف الإنسان عند مرحلة ما من حياته ويغير فيها إذا كان فيه صالحه وصالح أسرته.

❂ ❂ ❂ ❂

أنا زوجـة شـابة أبلغ من العـمـر ٢٤ سنة، مـتـزوجـة منذ خـمس سنوات من شـاب يكبرنى بحـوالى السنتـين، وكنت وقـتهـا ما زلت طالبـة فى إحدى كليات القمة، وكان هو فى الـسنة النهائية فى كليته التى تؤهله أن يكون مسئولاً عن بـعض المشاريع التجارية الخاصــة بعائلته، ولاحظت منذ أول يوم لنا سويا أنه بدأ يسعى فى أن يحـول بينى وبين دراستى، بزعم أنه يريد أن يكون كل شئ على ما يرام فى البيت وفى أشيائه وفى ملابسه، أى أنه الأولوية الأولى فى الحياة، وأن هذا هو دور الزوجـة، وحين كنت أقول له أننى لا زلت أدرس، وأنه تزوجنى بشــرط أن أكمل دراســتى وأنه يجب عليه أن يرعى ظروفـى، كان يقـول لى أنه وافق على ذلك لأنه كـان يظن أنه من البـديهى أن شـئـون المنزل وواجبـاتى كزوجة لن تتأثر بذلك.. فكيـف لا تتأثر ومن أين آتى بالوقت اللازم لكل ذلك؟ وكيف لى أن أوفى احتياجاتى من المذاكرة والتى تكفل لى النجاح فى كليـتى العمليـة الصعبـة التى تحتـاج منى إلى الكثـير من الوقت والجـهد؟ واستمر بنا الحال علـى هذا الشد والجذب حتى تدخل أهلى بشـكل صلـب فى المـوضـوع طالبيـن إليه ألا يحـملنى فـوق طاقـتى إلى أن انتـهى من دراسـتى الجـامعـيـة.. وبدأ هو يتـراجع عن مـوقفـه على مـضض وكـان دائم الشكوى والتأفف، ولم أسمع منه فقط كلمة تشجيع أو مساندة، ولكنه على العكس كان دائمـا يذكرنى أنه تحـمل الكثيـر وما زال يتـحمل من أجل تلك الدراسـة التى شاركته فيّ على حد قوله. ومـرت سنوات الدراسة بحلوها ومرها وجاء موعد التمرين العملى الذى يستلزم منى العمل لمدة سنة أو سنتين قبل أن يرخص لى بالعمل بشكل نهائى، ذلـك المبدأ (العمل) الذى كنا قد انتـهينا منه قبل الزواج حيث أننى إنسانة تعتبر الدراسة والعمل كالماء والهواء، فبدأ يضع لى العراقيل

مرة أخـرى بزعم أن ذلك غير ضـروري، وأن الوقت متاح لبـدء العمل فى أى وقت، وكـفاه مـا ذاقه من تقـصيـرى فى حقـه وفى حق المنزل أثناء دراسـتى، وهكذا بدأ الشقـاق والخلاف بيننا مرة أخـرى، وفى هذه الأثناء لاحظت أنه لا يؤدى الأداء الجنسى القـوى الذى كنت قد سمـعت وقرأت عنه، وحين سـألته ذات مرة عن ذلك هاجـمنى قائلا: "ومن أين لك بمعرفـة ما إذا كان هذا الأداء ضعـيفاً أم قـويا؟" فآثرت السكوت عند هذا الحـد كيلا أجـرح كرامتـه كرجل وحتى يشعر بالضـعف أمامى، ثم بدأت أتمنى أن يكون لى طفل مثل أى أنثى، وحين فاتحته فى هذا الأمر وجدته يتهرب كـثيرا من المناقشة ويهاجمنى قائلا: "حين تتـفرغـين للمسـئوليات الصـغرى مـثل بيتك وزوجك نتـحدث فى هذا الأمر".. فأحـسست أنه لم يجبنى على سؤالى، ولكننى شعرت أن فى الأمر شيئا فآثرت الصـمت مرة أخرى، ثم سـاءت معاملتـه لى وأصبح ينتـقدنى على كل تصرف، وأصبحت دائما فى موضع الاتهام بتـهمة لا أعلمها، وسلبنى ثقتى فى نفسى وأصـبحت دائما فى موقع المـدافع عن نفسه ضد تهم لم أرتكبـها، وبدأ يتـسلل إلىّ الإحـساس أنه يفتـعل معى كل هـذه الخلافـات لكى يلهـينى عن موضـوع العمل وعن مـوضوعى الأداء الجنسـى والإنجاب.. وحين ألـححت عليه فى تنفيذ وعده لى بأن يتركنى أعمل لشـدة أهمية العمل بالنسبة لى، وبعد مـشادات ومـهاترات، وافق على ذلك بشـرط أن أجـد مكاناً بشروطه؟ ولمـاذا يعطى نفسه حق الاختلاط فى عمله ويمـنعنى إياه؟ وماذا يضير المرأة أن تعمل فى مكان فيه رجـال طالما أن لها سلوكاً محـترماً وسـوياً!؟ فأحـسـست أنه إنما يضع لى العـقدة فى الـمنشار، وأن الغـرض الرئيـسى من الموضـوع هو وضع العـراقيل أمام عـملى ليس إلا... وانعكس ذلك على سلـباً بشـدة واجتاحـتنى

نوبات حزن وبكاء طويلة ورفض للواقع الذى وقعت فى براثنه، وأصبحت لا أطيق زوجى ولا شكله ولا رائحته، وأصبح حين يطلبنى إلى فراشه أوافق تارة وأرفض تارة أخرى، وحتى مرات الموافقة أصبحت له فيها بالمرصاد وأصبحت أواجهه بضعفه ولا آبه بشعوره ولا برد فعله، وفى أثناء اللقاء الحميم طلبت إليه أكثر من مرة أن ينشد علاجاً لأنه لا ذنب لى فى كل هذه المعاناة، فعلت ذلك وأنا لا أتصور نفسى أفعلها، فأنا آخر من يريد جرح شعور أحد، فما بال زوجي!! وأتساءل لماذا يفعل بى ذلك؟ ولماذا يخرج منى أسوأ ما في؟! ولماذا يتراجع فى وعوده لى؟ وماذا سيجنى من وراء كل ذلك؟ أنا أريد حريتى فى العمل وحريتى الشخصية فى اتخاذ القرارات الخاصة بمستقبلى وحقى كامرأة.. هذا هو كل شئ.. هذا من المستحيلات أو المحرمات؟

✍ ✍ ✍

سيدتى الصغيرة العزيزة....

أنا يا سيدتى لا ألومك أبدا فيما تشعرين به وتشكين منه، حيث أن طبيعة شخصيتك تفرض عليك أشياء معينة، ومنها ضرورة العمل الذى هو بالنسبة لك يمثل أهمية كبرى، فى حين أن ذلك ليس بذات الأهمية لدى الكثير من الأخريات، وهذا هو الاختلاف بين الطبائع الشخصية التى لا دخل لأحد فيها، أما ما هو مشترك بين جميع النساء فهو غلبة العاطفة على الوظيفة فى مسألة العلاقة الجسدية الحميمة، ولذلك فأنت الآن غير قادرة على الاستجابة لزوجك بالسلاسة السابقة، وإن كانت الأمور لديه تسير بشكل طبيعى، حيث

أن رضا الزوجـة النفـسى والوجدانى يشكل فرقـاً كبيرا بين أدائـها واستجابـتها لزوجها إن وجـد وإن لم يوجد، أما مسـألة أدائه الجنسى فهى مـسألة أخرى لا أحد يـستطيع الـحكم عليها إلا بإجراء الفحـوص الطبية المخـتلفة لدى الأطباء المتخصصـين، ولكن مضمون رسالتك يا سيدتى يطرق باباً أكـثر أهمية، ربما يغفل عنه الكثـيرون، ألا وهو مسألة المنطقـة الخطرة لدى كل من الزوجين، وأقصـد بهذه المنطقة الخطرة تلك الأجـزاء من الشخصيـة التى لا جدوى من نقاشها ولا جدوى من محاولة تغـيرها، فتلك هى الثوابت النهائية بالنسـبة لتلك الشخـصية، ومن الأفـضل دائما محـاولة استكشاف هذه الـمناطق قبل الزواج حتى لا يحدث الصدام فيما يختص بهذه الثوابت بعد الزواج، وحـسناً فعلت يا عزيزتى أن فـعلت ذلك بأن اشترطت تكـملة الدراسة والعمل بصـفة أن هذين الأمرين يمثلان لك الكثير، بل أنهما بالنسبة لك "كالماء والهواء"، وكان ذلك بمثابة شرط غير مثـبت فى عقد الزواج، وكان على زوجك الالتزام بما وعد، وألا يضع العراقيل أمام هذين الشـرطين مع علمه المـسبق بأنهما شيئان أساسيان بالنسبة لك كتركيبة شخصية ذات طابع معين، وربما قد تطرق لذهنه أنك ربما تملين وتستسـلمين للأمر الواقع بعد حين، ولكن وقـوع هذين المطلبين داخل تلك المنطقـة المحظورة، فى شخـصيـتك يجعل العدول عنهـما شـيئا شـبه مسـتحيل، وخاصـة إذا جاء هذا الخطر من الغيـر، فربما لو ترك لك اختـيار مـصيـرك بنفـسك، لوزنت أمـورك وفاضـلت بين احتـيـاجاتـك وواجبـاتك وحقـوقك، وربما كـان قرارات هو ترك العـمل أو الدراسة للتـفرغ لواجـبات أخرى منوط بك القيام بها فى حـياتك، ولكن إذا حدث ذلك قـسراً، فردك هو الرفض لا محـالة، ومن الأحرى فى هذه الأحوال أن يلتزم الزوج بمـا وعد به

قبل الزواج. فـالزواج عقد مثل أى عـقد، وتسرى عليه القـوانين السارية على سائر العقود من وجوب تنفيذ الشروط التى عقد على أساسها هذا العقد، وهنا أهمس فى أذن زوجك قـائلة أنك إذا ما اسـتمـسكت بالاقـتراب من المنطقـة المحظورة فى شخصـية زوجتك، خسرت الكثير والكثيـر من المناطق المتاحة الجميلة فى طبـاعها، أما إذا ابتعدت عن تلك المنطقـة بالذات وخاصة إذا لم تكن هذه المناطق من الأشـياء المحرمـة أو المعيـبة، فـيـصيبك الكثـير من السـعـادة والاستقرار؛ كـما أنا شدك أيضـا أيها الشاب العـزيز أن تطلب العون الطبى فيمـا يختص بحالتك واعلم أن زوجتك هى الوحيدة التـى من حقها أن تشاركك فى معرفة تفاصيل حالتك بهذا الخصوص، وبصفتها الشريكة الوحيدة لك فى هذه العلاقة.

أنا زوجة أبـلغ من العمـر ٣١ سنة، تزوجت منذ ست سنوات من أحد زملاء العمل بعد قصة حب قصيـر، أو ربما من الأحرى أن نسميها مجرد استلطاف أدى إلى الارتيـاح ثم إلى الزواج فى نهـاية الأمـر، منذ اليـوم الأول لزواجنا لاحظت أن زوجى غـير مـقبل علـيّ من الناحيـة الجنسيـة، فقـد كنت أسمع من صديـقاتى وزميلاتى اللاتى سـبقننى إلى الزواج أن معدل المـمارسة فى العلاقة الحمـيمة يكون مرتفعاً جداً فى أول الأمر، كمـا كنت أسمع أنها قد تصل إلى أربع مرات يومـياً أو ربما يزيد.. وخـاصة أننا فى شهـر العسل ذهبنا إلى أماكن جمـيلة جداً فتصـورت أن ذلك ربما يكون باعثا له على الرومـانسية وعلى إغراقى بعـواطفه وبرغبـته في كأنثى وكـزوجة، فما كـان منه إلا أنه كان يدعونى لـلعلاقة مـرة واحدة كل يومـين أو ثلاثة، وحين تجـرأت وفاتحته فى سـبب ذلك قـال لى أننا الآن مـوجـودون فى مكان لا نضـمن إذا كنا نسـتطيع المجئ إليـه مرة أخرى أم لا، ولذلك علينا استـثمار كل دقيـقة فى هذه الرحلة لرؤية الأماكـن الجميلة بـشكل أكبر وأكـثر.. فـاقتنعت بحـجتـه فى أول الأمر وازداد أملى فى انصلاح الأحوال حال عودتنا إلى مصر بعد شهر العسل، ومما زاد من أملى أنه كـان قد تبـقى لنا حـوالى أسبـوع من أجـازتنا قبل العـودة إلى العمل، وعدنا، واستمر الحال على ما هو عليه من نفس المعدل القليل وكانت الحجة هذه المـرة هو الزيارات والتهانئ التى بدأنا نتلقاهـا من الزائرين بمجرد عودتنا والتى تصيـبه بالإرهاق وبالرغبة فى الاستسـلام للنوم"!! وعدنا للعمل، وأصبح من البديهى أننا لا نقوم بهذه العلاقـة إلا فى نهاية الأسبوع لأن فى بقية الأيام هناك بالـطبع حـجـة جاهـزة، وهى الإرهاق فى العـمل والحــاجـة إلى الاستيـقاظ المبكر، وبالرغم من أننا زمـلاء فى نفس العمل وأن مواعيـد عملنا

واحدة. ولكنه هو الذى كـان دائم الشكوى وأخذ ذلك ذريعة وحجـة للإحجام عنى وعن العـلاقـة، وفكرت أكـثـر من مرة فى أن أثـور وأن أفتح المـوضـوع بطريقة جـادة عسى أن أجـد له حلاً، ولكنى آثرت السكوت خـشية أن يتـهمنى زوجى بسوء الخلق أو أن يشك فى سلوكى ومرت سنوات الزواج متعاقبة وقل معدل الممارسة أكثـر فأكثر، ولم يحدث حمل بالرغم من أننى كنت أتمنى أن أصبـح أما مثـل سائر النسـاء ولكنى أرجعت ذلك إلى قلـة معدل الـممـارسة الجنسية بيننا، وكان قد مر على زواجنا ٣ سنوات فى ذلك الوقت، فرد على هو أنه هو أيضا يريد أن يصبح أبا، ولـذلك سيقوم بواجبه حيال هذا الأمر، وبدأنا بالفعل فى الانتظام بشكل أكـبر فى العلاقة الحـميمة، ولكن بتـفاعل وأداء أقل من ناحيـتى حيث شـعرت أنه إنمـا اهتم بهذه العـلاقة فقط مـن أجل الإنجاب وليس من أجل إسعـادى كزوجة بالرغم من سعـيى المستميت فى هـذا السبيل منذ سنوات سابقـة، وبالرغم من انتظامنا فى العـلاقة، فلم يحدث حـمل أيضـا، وبعد إجراء الفحوص اللازمة ثبت لنا أنه يعانى من ضعف الحيوانات المنوية، فـأجريـنا عملـية أطفـال أنابيب، ونجـحت بفـضل الله وتم الحـمل، وسـألت الطبـيب عن العلاقـة فقـال لى أنه يمكن اسـتئنافـها بعـد إتمام الشـهر الثـالث للحـمل، ولكن زوجى انقطع عـنى تمامـا أثناء الحـمل بحـجـة الخـوف على الحمل وبحـجة أننا انتظرنا هذا الطفل لمـدة طويلة، وتقبلت هذه الحجـة أيضا لأننى أيضا كنت أنشـد هذا الطفل بلهفة وشـوق. وتمت الولادة منذ نحو سنة، وانقطع عنى تماماً منذ ذلك الوقت، مما أشعرنى بالإهانة الشديدة، كما شعرت أننى مجرد أداة للإنجاب وهذا هو كل شئ.

وسؤالى هنا هو: هل يستطيع رجل سوىّ أن يظل بدون هذه العـلاقة كل

هذه المـدة؟ أم أن هذه الحالة من الخمـول وقلة الرغبـة هى حالة مرضيـة ونستـحق العلاج؟ أم أن زوجـى حالة خاصـة بين جميـع الرجال؟ أنـا الآن قد انتهيت بابنى الذى مـلأ علي حيـاتى ولست مقـبلة على العلاقـة ولا تلح علي رغبتى كأول الأمر، ولكنى أخاف أن تسوء الأمور أكثر من ذلك وتؤدى بنا إلى مالا يحـمد عقـباه. أرجو إجابـة تفصيليـة بقدر الإمكان ولك يا سيـدتى جزيل الشكر.

✍ ✍ ✍

أيتها السـيدة الفاضلة..

أولا اسمـحى لى أن أبارك مـجئ ابنك، جعله الله من الصـالحيـن وقر عينك وعين والده به، أما بالنسبة لمشكلتك الأخرى يا سيدتى فاسمحى لى أن أعرض للإجابة بشكل متدرج حسب المراحـل المختلفة التى مررتم بها كزوج وزوجة: المـرحلة الأولى هى المرحلـة الأولى للزواج، وفيهـا يكون كل من الزوج والزوجة على غـير خبرة ولا علم بـمجريات الأمور، ويكونون فـريسة سهلـة لجميع مـن يتطوعون بإعطاء النصح والإرشـاد، ويكونون بالطبع غـير منطلقين من قـاعدة علمية، ولكن من خبـرات شخصيـة بحتة، ولا يجب أن تتخطى هذه الحـدود الشخصـية البحـتة، ولذلك حرم الـله الخوض فى تلك الأمور الشخصية بين الناس بعضهم البعض نظراً لأن التفاصيل الخاصة بالعلاقة الحميـمة تكون خاضعة للقـدرات الشخصية التى قـد تزيد وقد تقل من رجل لآخـر ومن امـرأة لأخرى.. وبالـطبع هناك مـعدل مـتـوسط للقـدرة والأداء الجنسـيـنن كما أن هناك مـعدلات طرفية، بمـعنى أنها معـدلات زائدة ولكنها

داخل المعدلات الطبيــعية، وأيضا هناك معدلات منخـفضة ولكن أيضا داخل المعدلات الطبـيعية. ويكون لذلك مرجـعية خاضعة للـتركيبة الشخـصية لكل إنـسان، وإذا أردنا ترجمة هذا الكلام إلى كلام علمى نقول أن الـعلاقة الحميمة هى عـبارة عن دورة جنـسيــة كاملة، ولكى تتـم المراحل الأربع لهـذه الدورة الجنسيــة لابد من تشغيل بعض الأعــصاب والمراكز العـصبية ،الغــدد، وأيضا إفراز بعض الهرمونات، واندفاع الدورة الدمـوية إلى منطقة الأعضاء والأنسجة الموجـودة فى الحوض، وهى بالطبع الأعـضاء والغدد الجـنـسية، فـضلا عن سريان بعض الغـازات الـسائلة وأهمهــا أوكـسيد النيــتروز (NO_2)، والذى يفرز أيضا من غدة موجودة داخل الجهاز العصبى، وهذا الغاز يسبب تشغيلا لجميع الأنسجـة الانتصابيـة فى الجسم، ليست الجنسـية منها فـقط، ولكن فى سائر أعضــاء الجسم وأهمـها الجلد، كـما يـسبب أيضا تغيـرات فى فسيـولوجـيا الجهازين الدورى والتنفسى.. ولتحـدث كل هذه الأشياء لابد من توافر الطاقة الكافية والوسـائط اللازمة لها، وهى مثلها مثل كل شئ آخـر فى الجسم ينفد ويعاد بناؤه، وهذه المسألة الخاصة باستهلاكـه وإعادة تصنيعه (إذا جاز التعبير) هى النقطة الكامن فـيهـا تلك الاختـلافات بين كل شـخص وآخر، وبالتـالى خاضعة لعـوامل شخصية كثيـرة منها العمر والحالة الصحيـة والتركيب البدنى (بمـعنى وزن الجـسم) ومـا إذا كـان رياضـيـا أم لا (أى حـالتـه النشـاطيـة الجسمـانية)، وفوق هذا وذاك، تكون المسـألة خاضعة للتـغيرات الشخـصية البحتة حـتى وإن توحدت المعطيات... وتبزغ المـشكلة إذا اختلفت القوالب الجنسية بين الرجل وزوجته من ناحية معدل القيـام بالعلاقة الحسية الحميمة، وهنا يكون للحوار بين الزوجين دور كبير وهام جدأ، ويخدم هذا الشئ بالطبع

بعض المعلومات الجنسية الصحيحة، والتي تأتي من ثقافة جنسية على أساسين علمي وديني، فنعلم وقتها أنه من الممكن الوصول حيال هذه العلاقة إلى نقطة تواصل بين الطرفين، ذلك بإقناع الطرف الأقل نشاطا بالإكثار قليلاً من محاولة القيام بها، كما نعلّم الطرف الآخر كيفية تجويد العلاقة نفسها ولو بقيت بنفس المعدل القليل لكي يتم الإشباع منها كيفاً حيث يتعثر الإشباع كماً أي أن لمشكلتك حلاً يا سيدتي، ولكن لا يجب السكوت عنها، فهذه الفترة التي أنت فيها الآن هي مرحلة تطغى فيها غريزة الأمومة لديك على بقية الغرائز (ومنها الجنسية)، ولذلك فعزوفك عن العلاقة الآن ليس مقياساً على حقيقة شعورك حيالها. فافتحي حواراً مطولاً مع زوجك ولابد أن يتسع صدر كليكما للآخر وأن يسمع ما يؤرقه في هذه العلاقة تجديدا حيث أنكما متشاركان فيها بنسبة متساوية تماما من ناحية الحقوق والواجبات.

✉ أكتب إليـكم هذه الرسالة ليس بخـصوصى أنا ولكن بخـصوص ابنتى، وابنتى هذه تبلغ من العمر أربع سنوات، ومشكلتها ليست مشكلة زوجية بالطبع، ولكنهـا مشكلة جنسـية، نعم مـشكلة جنسـيـة، ولكنها ليـست متـعلقة بالجنس الآخـر، أما فحـوى المشكلة فـهى أننى لاحظت على ابنتى أنهـا دائما تسعى إلى وضع أى شئ مـثل "مخدة مثلا بين فـخذيها وتستـمر فى الاحتكاك بها، وهذا لا يحـدث فقط فى وقت الذهاب إلى النوم ولكن فى أى وقت، وإذا لم تتيسـر هذه المخدة، فأى شئ آخر مـثل أن تجلس فوق دراجتها مـثلا وتبدأ بالاحتكاك، أو أن ترفع بنطلونها حـتى يتم احتكاكه بمنطقة أعضـائها التناسلية ثم تبدأ الاحـتكاك أيضا، ولم أكن انتبـه لهذه الأشيـاء فى أول الأمر، وكنت لا أوليـها الاهتـمام الكافـى وكنت أقول أنهـا طفلة وأنهـا لابد وستـقلع عن هذه الأشياء فى يوم من الأيام، وأنهـا لا يمكن أن تكون تقصد القيـام بالعادة السرية مثلا، بل أننى كنت أتخذ من هذا الشئ مـادة للسخرية مع والدها، حتى انقلبت الأمور بأن ودت إصـرارها على الاحـتكاك بهذه المنطقـة فى أى مكان وتحت أى ظرف ممـا سبب لى الكثير من الإحـراج بسبب قيـامها بهذه الحـركات فى البيت وخارجه وحتى أمام الناس، فلا شئ يمنعـها من القيام بها، ولقد حاولت فتح الحديث مـعها فى هذا الأمر بعد فـترة من تجاهله لعلها تتـوقف عن القيام به، وكان ردها على أنهـا تـسعد بـفعل هذا الشئ وتجد فـيه الرضـا، وأصـبحت أنهاها دوما عن هذه الـفعلة كلما قامت بها أمـامى، وأصبحت أراقبـها عن بعد فوجدت أنها تقوم بنفس الشئ حين تتأكد أننى لا أراها، أما الآن فأنا أكاد أجن من هذا المـوضــوع. ولا أعـرف كـيف أتصـرف، وزوجى بدأ يفـاتحنى فى موضـوع أن نجرى لـها عـملية خـتان عـساها تقلع عن ذلك، بالرغم مـن عدم

اقتناعى ولا اقـتناعه بالفكرة أساساً ولكننا اعـتقدنا أننا ربما نجـد الخلاص فى هذه العمليـة، ولذا فلقد فكرنا فى الكـتابة إليك يا سيـدتى لتشيـرى علينا برأى متخصص ينير طريق تفكيرنا فيـما يتعلق بهذه الكارثة التى ملأت علينا تفكيرنا بحيث لا نسـتطيع التفكير فى شىء سواهـا وهناك بعض الأسئلة التى تدور فى خاطرى وخـاطر والدها فى هذا الأمر، أرجو منك يا سـيدتى التفـضل بالإجابة عليها وهى:

١- كيف تتعرف على طفلة فى عمر ابنتى على العادة السرية؟

٢- هل تسـتطيع طفلة فى هذا الـعمـر أن تميز الإثـارة الجنسيـة؟ وبمـا تربطها فى خاطرها وتفكيرها.

٣- هل هذه علامة من علامات الانحراف المبكر؟

٤- هل هناك مخـرج من هذه العادة السيئة؟ وهل هنـاك أمل فى أن تعود ابنتى طفلة سوية طبيعية وأن تتقلص أهمـية تلك المنطقة لديها إلى المـستوى العادى لدى الطفلات الأخريات؟

ولكم منا جزيل الشكر مـسبقا على اهتمامكن بهذه المنطقة المحظورة من حياتنا والتى تنير السـبيل أمام الكثير من المتخبطين فى الظلام.

- يا سيدتى الفاضلة.. لقد شطحت كثيـرا بخيالك فيما يختص بأبعاد هذا الموضوع الذى صـورتيه كأنه مصيـبة كبيرة وكارثة لا فـكاك منها، أنا معك أنه موضـوع لا يمكن تجاهله أو السكوت عنه، ولكن أيضا لا أنصـحك بأن يقابل بهذا الانفعال وهذه العصبية حيث أن هذا يمكن أن ينعكس على سلوك الطفلة

من ناحيـة ومع الكياسـة وحسن التـصرف من ناحيـة أخرى. وإليك يا سـيدتى بعض المـعلومات العلمـية والتـى قد تضئ لك خـبايا هذه المـسألة عـسى أن يفيدك هذا من الناحية المعلوماتية ويريحك من الناحية النفسية.

سيدتى العزيزة، خلق الله الذكر والأنثى منذ الأيام الأولى للحياة الجنينية بنفس التركيبة العضوية والوظيفـية فى كل أجهزة الجسم مع بعض الاختلافات الدقيـقة التى تخضع للتـغيرات الهـرمونية بيـن الجنسين، ومن هذه التغـيرات التصنيف الذى يحـدث للأعضاء التناسلية من حـيث الشكل، ولكن من حيث التغذية العصبيـة، فإن الحزمة العصبية التى توصل الإحساس بالـمتعة الجنسية متماثلة عند الجنسين من حيث الوظيفـة ونوعية الإحساس، أما هذا الإحساس فهو إحساس لا يتـرجم إلى الصفة الاستمتاعية الجنسـية إلا بوجود المعطيات الأخرى مـثل الميل الجنسى الذى يتـحقق بإفراز الهـرمونات الجنسيـة، سواء الذكرية التى تسـبب الميل ناحيـة الإناث، أو الهرمونات الأنثـوية والتى تـسبب الميل ناحية الذكور، أى أن ابنتك يا سيدتى فى سنها الحديث هذه، لا تترجم هذا الإحساس إلى الإحســاس الجنسي مطلقا، فهو بالنسبة لها مـجرد إحساس لطيف تشعر به حين تقـوم باحتكاك جزء معين من جسمهـا يتسبب فى توصيل تيار كهربائى عصبى معين يصل إلى مركز المتعة الجنسية فى الجهاز العصبى، ولكنه فى هذه المرحلة السنية مجرد مركز متعة غـير مصنفة، تماماً مثل المتعة التى تشعر بهـا حال أكلها للشيكولاته، فـهى مجرد متعـة تحب هى الاستزادة منها بفـعل المسبب لهـا بشكل متكرر كى يتكرر الإحـساس الإيجابى المـمتع الناتج عنه.

أما عن كـيفـية التعـرف على هذه العادة فى هذه السن، فـهى تكون فى أغلب الأحوال عن طريق الصـدفة البحـتة ثم يتم الربط بينها وبين الإحـساس الناتج عنها، فـتحقق نظرية رد الفعل المـشروط، والتى يتحقق بهـا رد الفعل كنتيجة لحدوث الشرط، فربما قد تم احـتكاك هذا الجزء من جـسمها بملابسها أو بفراشها أو بجسـد أحد أبويها أثناء حملها بشكل معين، مـما فجر الشرارة الأولى والولادة السحرية بهذا الإحساس الذى وجدته هى ممتعا، فسعت وراءه إلى أن كشفت خـباياه فبدأت تسعى إلى المزيـد والمزيد منه، النقطة الأخرى التى ربما كان لها تأثير فى هذا الأمـر هى غريزة الفضول لدى الأطفال، والتى تبدأ مبكراً معـهم، وتزداد مع بفتحهم إلى الحياة فى سن الثـالثة والرابعة وبعد ذلك، ويكون أول ما يكونون فضـوليـين بخصوصه هو أجســادهم وأعضاؤها، وخاصة المخـبأ منها، مثل تلك الأعضاء التناسليـة، والتى تتسم بكل الشروط التى تنبعث على فضولهم للتعرف عليها؛ وهذا العامل بالطبع يختلف من طفل لآخر حسب الشخصية والـطبع والسمات والظروف المحيطة، ويبدو أن ابنتك ستكون من الشخصيات البصرية اللماحة التى تهتم بالتفاصيل وتنتبه إليها. .

أما عن الحلول المتاحة لمشكلة ابنتك يا سيدتى فهى فى المقام الأول أن تجعليهـا تفرغ طاقتها بقدر الإمكان، مـثل أن تقضى أوقاتاً أطول فى اللعب، وخاصـة اللعب البـدنى، وحبذا لـو كان ذلك فى صـورة رياضية بـدنية ذات تمارين منتظمة، وهـناك الكثير من الرياضات التى يمكن أن تبـدئيها مع ابنتك فى هذه السن مثل الجمباز أو السباحة مـثلا، فهى رياضيات منهكة ومستهلكة للطاقات البدنية للأطفال، فتكون حاجتها للنوم أو الراحة أكثر وأكبر. أما على

مسـتوى رد فعلك تجـاه تصرفهـا، فيكون أن تلهـيها فى شئ آخـر هو أفضل الحلول عـلى الإطلاق، إذ أن من المنطقـى أن تقلع بملء إرادتهـــا أو حـتى كتيـجة للتعنيف أو الـتهديد عن شئ مـمتع بالنسبـة لها، ولكنها عـادة، فإذا اعتادت ألا تفعل بـالتهائها بشئ آخر، فيـمكن أن تنسى هذه العادة وتقلع بعد حين. . تبقى النقطة الأخيرة وهى الختـان كحل للمشكلة، وهنا أترك المسـألة لحكم طبيب مـتخصص ليـحدد ما إذا كـان الفطر والأشعار لديهـا فى حدود الحجم الطبيعى أم لا، فإذا كان حجمهم طبيعيا فلنترك الحل الجراحى، أما إذا كان الحجم أكبر من الطبيعى بحيث يبرز عن الأشعار الكبيرة، فهى إذن عملية جراحـية استـئصالية لـجزء زائد عن الحجم الطبـيعى فى الجسـد يحول دون الوظيـفة الطبـيعـيـة له، فهـو فى هذه الحالة داع طـبى لا يدخل تحت طائلة الختان.

أنا رجل في الثـامنة والثلاثين من العـمر، كنت ابناً مـرفهاً لـعائلة ثرية، ولكن ذلك لم يمنعنى من أن أسعى على بناء نفسى بنفسى، حيث كرهت دوما أن أعـيش فى جلباب أبى أو أن أصبح غنيـاً بنقوده، فقـد استهـوتنى دائما قصص الكفـاح المختلفة ومنهـا قصة كفـاحه هو ذاته، فسعـيت لأن أكون ذاك الرجل الذى بنى نفســه بنفســه، وانتقـلت فى سبيل تحـقيق هذا الغـرض بين وظائف شـتى فى الداخل والخـارج، وكنت كلمـا ادخـرت مبلغـا من المـال، اشتريت به سلعة معمرة حتى اكتمل بيتى كما تمنيته دوماً، ثم بدأت أبحث عن بنت الحلال، وكنت وصلت وقـتها إلى سن الخـامسة والثـلاثين، وكان والدى الحبـيب قد توفى وسـافر أخى الوحيـد مهاجـرا إلى كندا، فلم تبق لى إلا أمى التى كانــت قد وصلت إلى سن السابـعة والستين، فكنا لبعـضنا البعض خـير أنيـس، وكان لى صـديق منذ الدراسة الثـانوية دعانى إلى حـفل عرسـه، فرأيت أخته، وتراءى لى وقتها أنهـا "عز الطلب" وأنها بنت الحلال التى أتمناها، فهى ذات الخلق والحسب والنسـب، والجمال والتعليم الراقى والواجهة الاجتماعية المشـرفة، فتقدمت ونقدمت لها، ولاقيت كل ترحيب وتم الزواج بسرعة بفضل الله وحمده. وبعد أجازة شهر العـسل عادت زوجتى إلى عملها وهو عبارة عن شركـة صغيـرة هى أسسـتها وهى تدبـرها، وكانت قد بدأت العـمل فيـها منذ تخرجـها وهى فى الثانية والعـشرين من عمرها إلى ذاك الوقت وقـد كانت فى التاسعة والعشـرين حتى زادت حجماً وقيمة وصـارت من الشركات التى يشار إليها فى مجال المقـالات والديكور، ولاحظت أن الصورة الرومانسية لزواجنا بدأت تنتـقل بسـرعة إلى الصـورة المـملة التـقليـدية والتى تفـتقـر إلى الدفء والعواطف والاحـتواء، تلك الصــورة التى كنت أحلم بها طويلاً قـبل زواجنا،

وكانت سلواى الوحيدة هى والدتى التى كنت أقضى معها ساعات طويلة بعد ساعات عملى، وحتى موعد عودة زوجتى من عملها الشاق الطويل، ثم صرت أعود إلى المنزل أحيانا فلا أجد زوجتى، فكنت أتصل بوالدتى تليفونيا حتى موعد وصول زوجتى، وقد تكررت هذه المواقف فبدأت زوجتى تشكو من زياراتى المتكررة المطولة لوالدتى واتهمتنى بارتباطى المرضى بها حتى أننى لا أطيق ألا محادثاتها بالرغم من أننى أكون قد تركتها تواً. وحين شكوت لها من أننى أعانى من غيابها المتكرر عنى، بدأت تتواجد بشكل أكبر فى المنزل، ولكنها دائمة الشكوى والتأفف، ودائماً ما تعيرنى بأنها تركت جزءاً من عملها من أجلى، ودائماً ما تتساءل لماذا فعلت ذلك من أجلى وأنا لا أعطيها ما تستحق من التقدير واستجابة لطلباتها من حيث كثرة الخروج والذهاب إلى أصدقائها والسفر إلى مختلف القرى السياحية، أما أنا فهذه الأشياء ضد طبيعتى الشخصية التى تنشد الهدوء والاستقرار وحياة البيت، فما كان من حياتنا سويا إلا أن صارت أكثر مللاً وبرودا عما سبق، ثم دعوتها بنفسى إلى العودة إلى سابق عهدها من العمل لساعات طويلة حيث كانت حياتنا تخلو على الأقل من المشاحنات المستمرة التى جدت على حياتنا بعد تفرغها - الجزئى- لزواجنا، حيث كانت تريد أن تصير الأمور وفقا لشروطها هى فى إقامة العلاقة بغض النظر عما أراه أنا من واجبات واحتياجات وحقوق كل منا.

أما عن علاقتنا الحميمة، فكل هذه المشاحنات التى بيننا انعكست على علاقتنا الحميمة، فقد بدأت تبرد وتفتر شيئا فشيئا، حتى تباعدت بشكل كبير، وحتى إذا حدثت فيكون ذلك بإلحاح منى ونفور منها، فهى تقبل إقامة العلاقة بعد دعوات شتى منى لإقامتها، ويكون ذلك بتأفف شديد منها، فأصبحت أكره

شهوتى وأكـره رغبتى فيهـا حتى لا أتعرض لتلك المواقف التى تؤذينى نفـسيا وتشعرنى بالنقص والحاجة.

وبالرغم من أن والدتى هى صـديقتى الوحـيدة المقـربة. الى قلبى فى هذا العالم، فأنا لم أخبرها بأى من تفاصيل عـلاقتى بزوجتى حتى لا يصيـبها الهم والحزن، وأكون أنا السبب فى ذلـك، فأنا أشفق عليها من مجرد و-ـدنها، فما بال أن أحملهـا هما لا قبل لهـا به وهى فى هذه السن المعدمـة؟! ولقد فكرت كثـيرا فى الانفـصال عن زوجـتى، ولكنى أسـعى دائما إلى الاسـتقـرار، وأكره التنقل بين العلاقـات، وخاصة النفـسية منها، فـأنا لا أجيد التـقلب النفسى ولا الوجـدانى .. ثم أننى أؤمن بالقســمة والـنصيب، ثم أننى فى واقع الأمـر أحب زوجتى، بل أننى معجب بشخصيتهـا القوية القيادية، وأحب ذلك فيها وأغبطها بسببه. وهكذا فإننى بين نارين، فأنا رجل وله احتـياجات نفسية وجسدية، وهى لا توفينى حقى بأى شكل من الأشكال، وعلى الجانـب الآخر فأنا رافض تماما لفكرة الانفصال بالطلاق لأنه يتنافى مع صفاتى وميولى الشخصية.. فهل هناك مخرج من هذه الأزمـة؟! وهل هناك حل مع زوجتى حتى أنعم معهـا بالسعادة التى طالمـا حلمت بهـا مثل اى شـاب، والتى يظللهـا الحب والحنان والارتواء العاطفى؟ أفيدينى سيدتى أفادك الله...

✍ ✍ ✍

سيدى الفاضل..

إن مشكلتك واضحة، فهى مشكلة تباين فى الطبع بين اثنين من البشر قد جمعهـما الزواج تحت سقف واحد داخل حجرات مـغلقة عليهم، ولكن هذه

ليست هى المشكلة، أما المشكلة هى أنكما - وأقصد زوجتك على وجه الخصوص - لم تستطيعا الفصل بين صفاتكما الشخصية وظروفكما العائلية والاجتماعية من ناحية، وعلاقتكما الزوجية من ناحية أخرى، وهذه العلاقة الزوجية ليست عقدة أو معركة أو ساحة مباراة، وهى أيضا ليست مجرد زمالة غرفة أو زمالة منزل، حيث يكون الشريكان أحرارا فى تقرير الميول ومجريات الأمور واتخاذ القرارات، ولكن العلاقة الزوجية هى علاقة تجمع بين الكثير من الأمور، مثل الاندماج والتقارب والتراحم والتضحية والفهم والاستيعاب، ولكنى أرى أنكما تفتقران للكثير من هذه القواعد الأساسية المهمة لهذه العلاقة التى خصها الله تعالى فى كتابه العزيز بأنها ميثاق غليظ، أى أنها عقد مقدس، ولكل عقد بنود، ولابد لأى متعاقدين أن تنازلا عن بعض احتكاماتهما فى سبيل إبرام العقد وتحقيقه والأخذ به، وهذا هو الحال فى أى من حالات الاندماج حتى على مستوى الشركات الكبرى، وعلى مستوى الحياة الزوجية يكون ذلك بتحرى رضا الآخر، ومحاولة السعى له ولما يرضيه، ومحاولة التزول عن عرش الغرور والتحكم، وهذه أبسط قواعد الاعتراف بوجود شريك فى أى علاقة، وبالنسبة لزوجتك يا سيدى الفاضل، فمن البديهى أنها تتمتع بهذا النوع من الشخصيات القيادية القوية، فهى صاحبة عمل أسسته بنفسها وتدير الكثير من الأشياء المنبثقة منه، ولكن ما لا تدركه أنت أن هناك دائما أنوثة داخل هذا النوع من النساء تعانى الحرمان، واستقاء الشعور بالأنوثة لا يتحقق إلا من خلال الزوج، واسمح لى يا سيدى أن اتهمك بالتقصير حيال هذا الأمر، فمع اعترافى التام لك بتقصير زوجتك من ناحيتك ومع إقرارى بعدم أحقيتها فى ذلك، ولكنى أدعوك أن تلتمس لها العذر بحكم تاريخها

الشخـصى، وصدقنى يا صــديقى فإنك إذا داعبت أنوثتــها بتــدليلها وإغراقــها بالعاطفة والكلام العــاطفى الناعم والجميل. فإنك سترى إنســانة أخرى تعيش بالرضا، فقد كــان خطؤك منذ البداية أن تركت السفينة تسيــر إلى غير مرسى، فاستدرك الأمر يا سيدى واعلم أن الوقت لم يفت بعد.. ومما يزيد من تأكدى من أن الأمور إلى انصلاح إن شاء الله هو ذلـك الود والوفاء الجميل لأمك - بارك الله فيها ولها فيك - فاعلم أن الله لا يخذل بارى أبويهم أبدا.

⭘ ⭘ ⭘ ⭘

أنا فتـاة فى الثامنة عشـر من عمرى، ولكنى مـعذبة للغاية وأشـعر بيأس فى هذه الحياة، فأنا مخطوبة وعلى وشك الزواج من ابن عمى مثل تقاليد عائلتنا والتى لا تملك الفتاة فيها أن تقـول لا على اختيار أهلها لزوجها وإن لم تكن تحبه، فإن الحب هو "مسخرة وكـلام فاضى وغير مسموح به ولو من باب الدردشة، وكـان أسهل عـقاب ليعـاقبنى به أبى حـين أخطئ هو أن يمنعنى عن المدرسـة - حيث أن البنت تذهب للمـدرسة لمجـرد تضيـيع الوقت حيث أن مصيرهـا هو البيت وخدمة الزوج والأولاد فى كل الأحوال على حد تعـبيره - ولا أعود إلـى المدرسـة إلا بعد توسـلات وبكاء منى ومن أمى، حيث كـانت المدرسة دائمـا متنفسى الوحيد فى ظل كل هذا القهـر والظلم الذى شعرت به منذ صغرى، حـتى أننى طالما كرهت كـونى فتاة وتمنيت أن تحدث المـعجزة وأصحـو ذات صباح فـأجد نفسى وقـد أصبحت ولدا.. ولـكن هذا لم يحدث بالطبع. ثم حدث أننى حين كنت فى الصف الثانى الإعدادى تعرفت بشاب هو الشقـيق الأكبر لصـديقة وزميلة لى فى فـصلى، وكان يأتى أحيـانا لأخذها من المدرسـة فتـعرفت به بهـذه الطريقة، وأعـجبت بابتـسـامتـه السـاحـرة وبكلامه المعسـول الرقيق الذى وجدت فيه احـتراما لأنوثتى بل لآدميـتى، فكنت أصبو دائما لمـجيـئه لأخذ أختـه حتى تقع عـيناى عليه وأسـمع منه ثناءه على وعلى جمالى وعلى رقتى - كما كان يقول دائما.

وكنت أقضى السـاعات والسـاعات أتخـيل شكله وأسترجع صوته وحديثه الذى كان يـأسرنى وأتخيل يـده تربت على شعـرى وعلى كتفى، وكـانت هذه الأوقات هى أسعد أوقات حياتى.. حتى جاءت فرحـة عيد ميلاد شقيقته والتى دعتنى إليـه، وقد كانت الفرصـة سانحة لى للذهاب سبب غـياب والدى لأداء

واجب عزاء في بلدتنا، فتوسلت لأمي كي أذهب فـقبلت بعد تردد، وخاصة أن صـديقـتي هذه كـانت تـسكن في نفس الحي.. فـذهبت إلـى هناك والدنيـا لا تسعني من الفـرحة بسـبب ذهابي لبيت حبيبي ولأنني سأراه لمـدة طويلة تزيد على اللحظات التي كنـت أراه فيـها حـين كان يأتي للمـدرسة، وكنت أسـابق خطاي وأنا ذاهبـة إلـى هناك ولا أعلم أن هناك كـارثة بانتـظاري. وذهبت إلى هناك بالفعل وجلست قليـلا بين صديقات المدرسـة وعيني لا تفارق حـبيبي، حتى جـاء هو إلي، واصطحبني إلى البلكونة، وأخذ يعـترف بحبه لي وإعـجابه بي وأنه يتـمنى اليوم الذي سـيستطيـع التقدم لي ليـتزوجني، ثـم أشـار علي بأن أصـحبـه للدور العلوي الذي به شقـته والتـي ستكون عـشا لحـبنا وزواجنا في المستقبل القريب.. فذهبت معه بكل أسـف وكأنني مغيبة أو مربوطة بحبل وهو يجـرني بكل استـسلام مني.. ثم حـدث المصـير المـحتـوم والتطور الطبيـعي لفصول هذه القـصة دون علم مني بطبيعة ما حـدث في ذلك الوقت حيث كان عـمري ١٣ سـنة فقط في حين كـان عـمره ٢٢ سـنـة وكنت مجـرد أداة تنفـذ الخطوات الذي أشـار هو بها، وحـين سألته بـعد انتهـائنا من هذه المـأساة عن معنى ما حـدث بيننا قال إن معناه أننا لا نستطيع الزواج إلا مـن بعضنا البعض، وأخذت الأمـور على علاتها وتخـيلت أن ما حدث هو مـثل القبلة السينمـائية التي تنم عن الخطبة أو نية الزواج.. واستمر حبيبي في السعي لمقابلتي والكلام المعسول معي حتى تعذرت مسألة لقـاءاتنا، فبدأ يتغير نحوي وأصبح في غاية الخشونة معي: وبدأت علاقتنا تتباعد تـدريجيا حتى نسيـت أنا الموضوع تماما ثم حين كـبرت قليلا وعـرفت عن طبيعـة العلاقة الـجنسية عـاد القلق الشرس لحيـاتي من جديد وخاصـة مع علمي أن الفتاة لا تعـود إلى سابق عهـدها بعد

العلاقة، ولجهلى بهذه المسألة فى ذاك الوقت فلا أستطيع الآن استحضار ما إذا كانت العلاقة كاملة أم لا، ولا كونى قد تعرضت لنزيف أم لا، خاصة وقد علمت أن النزيف يمكن أن يكون خفيفا أو غير موجود أساساً.. أما الآن ومع اقتراب زواجى من ابن عمى، فإنى فى غاية القلق والحرج، وخاصة وأن من عادات عائلتنا السؤال عن كل تفاصيل ليلة الزفاف بما فيها حدوث النزف من عدمه.. وأنا دائمة التفكير حالياً حتى أكاد أجن فماذا أفعل؟؟.

فتاتى العزيزة. . أنا لا أريد إعفاءك من المسئولية عما حدث منك حيث أن أول الانزلاق خطوة، وإن بدت الخطوة غير خطيرة، ولكنك كنت تعرفين أنها خطأ على الأقل، ولكنك نكأت جرحا خطيرا فى أهميته يا فتاتى، وهو نموذج الأب القاسى الذى ينفر الابنة منه، ولا تلقى منه إلا التعليمات والأوامر وفرض العقوبات، فمن أين يأتى هؤلاء الأبناء بمثلهم الأعلى فى هذه التصرفات؟ فقد كان رسول الله ﷺ والداً لبنات، وقد عرف عنه أنه ما دخل على أى منهم إلا وقبلها وضاحكها وحن عليها، ولا يخفى على أحد التعليمات الشرعية والدينية الصريحة بشأن موافقة الفتاة على زواجها، وحرمة تزويجها ممن تكره. . وها أنت يا فتاتى مثالاً حياً لنتاج هذه القسوة والبطش الشديد الذى أفرز نوعاً من الجوع العاطفى لديك والذى كان يصبوا إلى سماع أى كلمة حانية، وخاصة من نموذج رجالى نظراً للافتقار لهذه النوعية العاطفية بشكل خاص، وهذا هو سر ضعفك تجاهه وانسياقك وراءه بلا أى تفكير أو حتى لحظة توقف للتدارك؛ أضيفى إلى ذلك حداثة سنك فى ذاك الوقت،

والعامل الآخر الأكـثر أهمية هو عدم علمك بأى شئ عن العلاقـة الجنسية فى ذلك الوقت ممـا جعلك فريســة سهلة لهـذا الإنسياق الحـقير الذى تتـبرأ منه الإنســانية جـمعـاء، والذى استـغل صغـر سنك وميلك تجـاهه، ناهيك عن مشكلتك مع والدك التى أخبرتيه بها هو وأخته قطعاً. . فأصبحت كالطفل الذى يحرمه أهله من الحلـوى بشكل قاطع بل ووصمها بالعــار والضرر فى حين أن كل شئ محيط بهـذا الطفل يجزم بالطبيعـة الحقيقية لـلحلوى وهى كونها شئ طيب. فمن البديهى آنذاك أن يضعف الطفل أمام من يشير له بالحلوى من بعيد ويركض وراءها، حتى وإن كانت مـسمومــة، فلم يعلمه أحد التفريق بين الطيب والردئ منهــا، بـسبب منعـها قاطبـة فنعدم بذلك قـدرته على التفـريق بين هذا وذاك. . ولكن إذا اتخذنا ســلاح الصداقة حماية لنا ولأولادنا، فـهذا هو الربح الحقـيقى، وخـاصة فى ظل مـعطيات العـصر هذه والتى جـعلت من جـميع الثقافــات والمعطيات مجرد طرقـة من أطراف الأصابع، أما الآن وفى ظل هذه المشكلة، فأنا أنصحك أن تصارحى والدتك، وأن تلجئى لطبيبة لأمراض النسـا لفحـصك واستيبــان ما حدث بك على يد ذاك الوغـد. أننى أرى أن والدك قد شارك فى هذه الفعلة بطريقته كمـا شاركت والدتكُ أيضا بانقطاع حبل الصداقة بينكما واقتصار الحوار على أمور بعيدة عن الحـميمية. . وقال الله يا فتاتى شر نفسك وشرور الآخرين وعوضك خيراً بمستقبلك وزواجك عما تعرضت له من قسوة واستغلال.

⭘⭘⭘⭘

أنا زوجـة شـابة تـزوجت من ابن صـديق والدى الذى ارتـبطت به عن طريق نظرات الإعـجاب منذ بداية شـبابنـا إلى أن حل الوقت الذى أتيح لنا أن نرتبط فيـه وهو المرحلة الجامـعية، حـتى انتهى كلانا من دراسـته وتزوجنا، ثم جاءته فـرصة للعمل فى إحـدى الدول العربيـة فـسافـرت معه بمـجرد زواجنا، وقبل إتمام العلاقة الجنسية، حيث أنها لم تتم فى الليلة الأولى للزواج، ولا فى الأسبـوع الأول، فقد كـان زوجى يتوقف عن المحـاولة بمجرد أن يشـعر أننى متألمة، بالرغم من أننى أنا التى كنت أدعوه للاستمرار فى المحاولة قائلة له أن كل الفـتيـات يشـعـرن بيـعض الألم، ولكن ليـس هذا مـعناه أن تتـوقف عن المحاولة لأنه بهذه الطريقة فلن تحدث العـلاقة أبدا، ومع المحاولات المضنية من ناحيتى، لإقناعـه، تمت العلاقة أخيـرا ولكن بصعوبة شديدة، فهـو دائما ما يقول أنه عـاطفى وأن هذه العلاقة لابـد أن تكون تتويجا عـاطفياً وليس مـجرد أداء للواجب الزوجى، وفى أول الأمـر فـرحت بحنان زوجـى ورومانسيـتـه، وأفـرغت فيـه حب الفتـاة البكر التى كانـت تدخره كله لمن سيكون حلالهـا، ولكنى لاحظت مع مرور الأيام والشهور أن معدل القيـام بهذه العلاقة الحميمة بيننا يأخذ فى التضـاؤل حتى وصل إلى مرة كل شهر تقريبـاً، حتى شعرت أننى ربما أكون مقصرة ناحيته فى شئ وأنه يخجل من مصارحتى بسبب رقة أخلاقه الزائدة والتى لمسـتها منذ اليـوم الأول لزواجى منه، ثم استجـمعت شجـاعتى وانتهزت فرصـة عشاء رومانسى كنا نتناوله سوياً، وسألته عن أسـباب إحجامه عن العـلاقة، فـتعـجب لسؤالى وانـدهش بشدة، وأجـابنى بأنه لا يرى أى شئ غريب فى علاقتنا، فهذا المعـدل هو خاضع للظروف المحيطة بحياة كل زوج وزوجتـه، وبالنسبة لنا فـإن كم العمل وإرهاقه يجـعله يرغب فى شئ واحد فى

عطلة نهاية الأسبوع، وهو الراحة التـامة والنوم الكثير الذى يعوض تعب الأيام الممتلئة بالعمل، أما بالنسبة للعـلاقة الخاصة بيننا - والحديث ما زال له، فإنها خاضعة للكثير من المعطيات، أهمها راحة البال والجسد، فإذا توفرت فلا مانع منها، ولكن أن تؤدى بغرض الأداء فقط فهذا ليس مبدؤه كما يقول. وألححت عليـه فى السؤال إن كنت مـقصـرة فى شئ قـد يمنعه وأجـهله أنا بسبب عـدم معـرفتى بالـثقافـة الجنسيـة بشكل عـام، ولكنه أنكر ذلك بشدة واتهـمنى أننى أعطى الأمر أكثـر من حجمه كثـيرا وأن الأمور لا تـستحق كل هذا التـضخيم.. وتناسـيت الموضـوع بعد هذه المـحادثـة الرومانسـية وعـدنا لحيـاتنا كسـابق عهدها، فهـذه الكلمات والمعاناة التى أعانيها أنا لم تحـرك ساكنا فى علاقتنا.. وكيف عـساها أن تفعل وهو غـير مقتنع أسـاسا أن هناك ما يسـوء!! وحاولت التـعايش مع الوضع الكائن، ولكنى بـدأت أشعر شـيئـا فشيئـا بكراهية لـهذه العلاقة، ولذلك بدأت عـلاقتنا فى التباعـد الزائد حيث أننى لا أشعر بأية مـتعة أثناء اللقاء الـجنسي، أما ما أسـمع وأقرأ عنه من مـقدمات وشـبق أنثوى ولذة ومتعـة وكل هذه الأشياء فلم أعلم عنها شيـئا أبدا منذ بداية زواجى وإلى الآن، وبدأت أشعر بآلام فى أسفل بطنى، وبثقل فى منطقة الرحم والمهبل، وبأوجاع فى الظهـر، مضافـاً إلى هذا حبـوب منع الحمل التى واظـبت عليهـا لمدة ٨١ شهرا تقريبا هى عمر زواجى كله وقررت التوقف عن تناولها حيث شعرت أنها غير مجـزية بسبب تباعد العلاقـة الحميمة.. أما الآن فـالوضع هو حالة السلام المشـوب بالحذر بيننا، فقد أنهى هو القـصة بيننا بأن وضح وجهة نظره السـابقة فشـعرت باليأس من انصـلاح الأمور التى تضايقنى، كـما شعرت بأن المـسـألة مظلمـة بأسرها، ثم آن الأوان أن اتخـذ قراراً بشأن الإنـجاب منه، فبـالرغم من

حبى الشديد له بدأ يساورنى قلق تجاه قدرتى على احـتمال المزيد من المعاناة بشأن علاقـتى الحميمة بزوجى، وتارة أخـرى استغرب رغبـتى فى هذه العلاقة التى هى من المفـترض أن تكون أعلى الرجل كمـا أسـمع من جميع القـريبات والصديقات، وحتى من والدتى، وكما أرى فى الأعمال الدرامية التى أرى فيها الرجل دائما مـقبلاً عـلى هذه العلاقة، أمـا فى حالتى، فإذا انـتظرت المرة التى يدعونى زوجى للعلاقة فسيكون التباعـد أكثر كثيرا... والآن، ولثقتى فى رأيك يا طبيـبتنا العزيزة، أرسل لك كمـتخصصـة لأسألك عما إذا كـانت هناك أمور أجهلها بـشأن علاقتى الحمـيمة بزوجى، والتى من شأنهـا أن تصلح الأمر، هذا إذا كان هناك إصلاح محتمل.

✍ ✍ ✍

سيدتى العزيزة. . إن الموضوع أبسط مما تتصورين يا سيدتى الفاضلة. . فأنا أزعم أن المسـألة كلها مـسألة بعض الجهل بالأمور الجنسية كما اشرت أنت ولكن ليس فقط من ناحيـتك بل من ناحية زوجك وربما بشكل أكـبر، ويظهر ذلك جليا فى الطـريقة التى يتبـعها فى القـيام بالعلاقـة، وهى التى تخلو من المقدمات والمداعبات، ولذلك معنى أكـبر، وهو أن زوجك يغفل جانبا كبيرا من المتعة التى يمكن أن تصيبـه إذا اهتم بالقليل من التفاصيل، وإذا اهتم أيضا بوصولك إلى ذروة المتعة (الشبق) قبله، فـإن ذلك يعود عليه إيجابا بشدة مما يزيد من متعة اللقاء بشكل لا يتصوره وإلا كان اجتهد فى ذلك أكبر الاجتهاد، حيث أن العلاقة الخاصة بين الزوج والزوجة تتم على أى وجه، ولكن لماذا لا نضيف لهـا من الزينة ما يحـسن نكهتهـا، ويزيد من جمـالها، ويرفعـها إلى

المصاف التى وصفت به فى الكتب المتخصصة، وهذه هى "متعة المتع" ولا يوجد فوق هذه الأرض من لا يريد الاستزادة من المتعة وخاصة إذا كانت متعة متاحة وحلال وتفرز الكثير من الاستـمتاع والنشوة والرضا النفسى والجسدى، مما يحـسن الحالة المزاجية للإنســان القائم بها على وجه صحـيح، كما تزيد أيضا الحنكة فى العلاقـة من طاقته الجسدية وقدرته الإنتاجـية والإبداعية. إن معظـم الشباب الـملتزم أمـثالكم يا سـيدتى الصـغيرة العـزيزة يؤتون العـلاقة الحميمـة على طريقة "التجربة والخطأ"، فلا هو يعرف احتـياجات المرأة من العلاقة، ولا المرأة نفـسها تعرف حدود احتياجاتها الشخصية؛ وما يصيبها منها بالرضا النفـسي، أوما يصـيبهـا بالضرر إذا ما نقص، سواء كان هذا الضرر أذى نفـسيا أم أذى جـسـديا، والذى بدأ يصـيبك البعض منه مـثل أعراض احتـقان الحوض التى وصـفتيهـا فى رسالتك، تلك الأعراض التى بدأت تظهـر بـسبب عدم وصولك لمرحلـة الشبق، وهى قمة الشعور بالرضـا والمتعة، والذى هو جسدياً عبـارة عن عمليات فـيولوجـية مركبة ينتج عنهـا زوال الاحتقان الذى يحدث فـى الحوض بـسبـب اندفاع الدماء إلـى منطقة الأعـضاء الجنـسـية فى الحوض أثناء الإثارة الجنسـية وهى المرحلة التحضيـرية للعلاقة الحسـية الفعلية بين الزوجين..

ولذلك فإتمام العلاقة الحميمة بكل مراحلها هى مسألة تكاملية لا تستغنى إحدى مـراحلها عن المـراحل الأخرى، وإلا كـان الناتج مسخـا لا يمكن أن يكون مرضيا للمرأة، وعلى الجانب الآخر إذا تمت العلاقة بجميع جوانبها كما يجب أن تكون، نتج عن ذلـك رضا كـامل ذكـرى وأنثوى عـلى حد سـواء،

ويكون هذا الرضا محلي بتـقارب عاطفى ووجدانى بين الطرفين مـما يفرز من تلقاء نفسه تحسين فى العلاقة بين الزوجين، ويكتب للزواج سعادة مديدة بإذن الله.

أنا فتاة فى الرابعة والعشرين من عـمرى، تخرجت السنة الماضية فى إحدى الكليات العـملية، وكنت قد ارتبطت بزميل لى فـى نفس الدفعة منذ السنة الثانية فى الجامـعة، وتعاهدنا عـلى الزواج، وقد تمت خطبتنـا وارتباطنا بالفعل فى السنة النهـائية للكلية، وعـقدنا القران فى الشهـر الماضى، وها نحن نستعد لإتمام الزفاف فى غضون الأسابيع القليلة القادمة.. وبعد عقد القران بدأ زوجى يحادثنى تدريجيا عن العلاقـة الجنسـية التى ستكون بيننا، وكم أنه يحلم بأشياء حيالها، وأنه انتظر كل تلك السنوات ليستطيع ممارسة هذه الأشياء التى كان يراها فقط فى الصور وفى الأفلام الجنسية مع زوجته حيث أنه كان يخاف الحرام دائما كما يقول؛ وشيئا فشيئا رأيت أن هذا الكلام أصبح يختفى من هذه العلاقة وكنت فى أول الأمر محرجة أن أسأله عن تفاصيل ما يرجو القيام به فى هذه العلاقـة بيننا، كان يقول أنـه يفضل أن تكون مفـاجأة حتى لى نفـسي. وقد حاولت أن أسـأل والدتى عن هذا الأمر من فـرط قلقى، فاسـتغـربت كثـيرا من قلقى، وقالت لى أن العلاقة الجنسية لا تحـتمل إلا شكلا واحدا يعرفه الجميع عبر الأجيال منذ بدء الخليقة.. ولكن كـلام خطيبى يتم عن أشياء أخرى أشعر أنه لا أحد يـعرفهـا غيـره، وهو يصر على جـعل هذه الأشيـاء غامـضة دون أن يطلعنى أنا شـخصـيا عليـها.. فـيقـودنى ذلك إلى مـخاوف أخـرى، فقـد كان يساورنـى قلق شديد وخـوف أشد من ليلة الزفـاف مثلى مـثل أية فتاة تـخشى الآلام المترتبة على العـلاقة الحميمة فى ليلة الزفـاف، أما الآن فأنا أخشى تلك الأشيـاء المجـهولة التى قد تدور فى مـخيلة زوج المـستقـبل، دون أن يعطينى حتى الحق فى الموافقة أو الرفض على القـيام بها، دون أن أعلم أساسا ما هى، أما الآن فأنا أريد أن أعرف كـيف يمكننى أن أتغلب على قلقى تجاه تلك الليلة

والليـالى التى بعدها وخـاصة خـلال شهـر العسـل؛ فـأنا أريد أن أسعـد زوجى وأرضى ربى من خلال ذلك.. وأريد أن أعرف أيضـا كيف أن أتغلب على آلام ليلة الزفـاف وكـيف أتعـامل مـع رغـبات زوجـى الجنسـيـة ونواياه فى الأداء الجنسى التى لا أعـرفـهـا حتى الآن؟ وهل هنـاك احتـمـالات أخرى للـعلاقـة الحميـمة غير تلك التى يعـرفها الجمـيع أم أنها طريقة واحدة منذ بدء الـخليفة كما تقول والدتى؟ أرجوكم أفيدونى فإنى أشعر أن هناك العشرات من الأسئلة التى تدور فى رأسى دون أن أجد لها إجابة شافيـة، حيث أن الثقافة الجنسية فى نقص شديد بالنسبـة لى وأريد أن أعرف هذه الحقائق من مصـادرها السليمة.. فهل أجد لديكم إجابة؟

✍ ✍ ✍

يا فتـاتى العزيزة. . أولا أحب أن أبارك لك زواجك القـريب وأدعو الله لك بالدعاء المـأثور عن الرسول (ص): بارك الله لكما وبارك عليكمـا وجمع بينكما فى خير. . أما عن حيرتك الواضحة فى رسالتك وارتباكك الشديد فيما يختص بالغـموض الذى يحيط بالعلاقـة الجنسية بالنسبـة لك فإنى هنا أود أن أعرض لأكثر من نقطة قد تكون غامضة على الكثير من الفتيات أمثالك، ولكن فى ذات الوقت تقلقهم كثـيرا كما هو الحال بالنسبـة لك، وخاصة إذا لم تكن هناك مصادر متوفرة للتثقيف الجنسى، وخاصة المصادر الموثوق بها:

١- أولا: بالنسبة للتعبير الذى أتى فى رسالتك حول "الآلام المترتبة عن العلاقة الحميمة فى ليلة الزفاف" فإنـك تحدثت عن الآلام وكأنها قصة منتهية وشئ مسلم به كون تلك العلاقة مؤلمة وينتج عنهـا آلام قد تكون غير محتملة

أحياناً. . إن هذا الكـلام غير صحيح يا آنسـتى العزيزة، فإن العلاقـة الزوجية الحميـمة إذا ما تم التقديم لها كـما يجب، وكما أمر الله سبـحانه وتعالى فى كتابه العزيز، وكـما جاء فى سنة رسوله الكريم (ص)، آنذاك يكون هذا الألم مجـرد إشاعـة، وخاصة إذا تمت الاسـتعـانة ببعض المـستحـضرات الطبـية المرطبة، مما يقلل من الألم الناتج عن الاحتكاك المباشر. . .

٢- ثانيا: مـسألة كون العلاقـة الجنسية ثابتـة وذات شكل واحد منذ بدء الخليقة وحـتى الآن كما قالت لك والدتك هى أيضـا تحتاج لمداخلة صـغيرة حتى تصبح الصـورة أوضح وأكثر دقة؛ فالعـلاقة الحميـمة بين الرجل والمرأة تنقـسم إلى شقين، أحدهما وظيفـى والآخر حسي، أما الشق الوظيفى فهذا هو الشق الثابت منذ بدء الخليـقة كما قالت والدتك؛ فليـس هناك من أحد يجهل الطريقة الجامدة للتناسل وحفظ النوع، وهذا الشق هو الجزء المشترك بين كل المـخلوقات؛ أمـا ما خص الله سـبحـانه وتعالى به الإنسـان فهـو ذاك الشق الآخر، ألا وهو الشق الحـسي والذى هو بمثابة التغليف لذلك الشـئ الجامد الثابت منذ بدء الخليقة، حـيث أن الشق الحسي خاضع لمتغيرات كـثيرة منها المرحلة العمرية للزوجين، والثقافـة الجنسية السـابقة على الزواج، وأيضا، ما يسمى بالقالب الجنسى، وهو البصمة الشخـصية للاستمتاع الجنسي والتى هى خاصة بكل شخص دون الآخر،وهذه البصمة الجنسـية يتم اكتشافها فى كل من الزوجـين عن طريق الطرف الآخر للعـلاقة، أى أن على كل من الزوجـين أن يتعرف علـى المناطق الحـساسة فى الطرف الآخـر لتكوين الصورة الكاملة عن البصمة الجنسية له، أما عن الأشـياء التى قد يكون زوجك ينوى القيام بها فى علاقـتكما الجنسـية فـأنا لا أعتقـد أن بها ما يسوء أو مـا يحرم، ولكن لابد له

أيضا أن يـتحرى رضـاك عن أى شئ ينوى القـيام به، أمـا أنت يا فتـاتى فلا تـتـسلمى لهذه الخيـالات ولا تشغلى بالك بكل علامـات الاستفـهام هذه، ولكن فقط انشـغلى بحياتك الجـديدة، وانتبهى لبـيتك الجديد والأشـياء التى تنقصك.. واقـبلى على حياتك الجـديدة بقلب مفتـوح، واتخذى مع زوجك مبدأ المصـارحة والمكاشفة دائما، ولكن لتتحـرى يا عزيزتى التوقيت والظرف المناسبين حتى يكون لحديثك صدى.

٣- ثالثاً: أردت أخـيرا الإشارة لمـا يـسمى بالقوالب الجنسـية والتى هى طرق معينة للاستمتـاع الجنـسي، وهى طرق للإثارة والاستثارة يحصل منها كل من الطرفين على المتعة القصـوى التى ينشدها من هذه العلاقة التى أحلها الله له والتى سمـيت فى الكتب المتـخصـصة بـ "متـعة المتع"، وتـلك القوالب تنقسم بدورها إلى الجـزء الجامد الخاص بكل جنس دون الآخـر، مثل بعض الأشياء الثـابتة التى تثيـر الرجال جميعـاً، ومثلها فى إثارة النسـاء، أما الجزء المرن من تلك القوالب الجنسية، فهو ينطبع على كل إنسان من شريك حياته، بحيث يتم تشـكيل طريقة المتـعة على كل من الطرفـين من الخبرة الزوجـية، وهناك خطأ يقع فيه الشـباب أحياناً، فيكون الشاب بعـد مشاهدة بعض الأفلام مـقتنـعاً بأن زوجـتـه يجب أن تكون مـثل هذه المـرأة أو تلك التى رآها هذه الأفلام، مع العلم أن، زوجـته علمياً لهـا بصـمتهـا الخاصة وقالبـها الخاص، وأود أن أقدم هذه المعلومة لكل الشبـاب الذين هم عرضة أحياناً لهذه الأوهام حتى يعلموا شيئا من بواطن الأمور بهذا الخصوص...

أنا يا سيدتى الدكتورة زوجة شابة (٢٦ سنة) متزوجة منذ ثمانية أشهر، وفى ليلة الزفاف، وبمجرد أن أغلق علينا الباب، وجدت أن وجه زوجى قد تغير إلى تعبيرات متألمة وكان يهرب بعينيه من مواجهتى، وبعدم خبرتى فى الموضوعات الجنسية آنذاك، استنتجت أنه خجول وغير قادر على مواجهة الموقف، فأنا وقتها لم أكن أعرف أن هناك شئ يسمى "ضعف أو عجز جنسى" فقد كانت معلوماتى تنحصر فى أن الرجل يقدر، والمرأة تخجل، بمعنى أنها لا يجب أن تطلب ولا أن تستجيب بسهولة لهذه العلاقة الحميمية، وإلا كانت "قليلة الأدب" فى نظر زوجها، وانطلاقا من هذه الاعتقادات التى أعترف أنها خاطئة، لزمت الصمت التام حيال هذا الموقف الغريب من زوجى فى ليلة الزفاف، ولم يطلب زوجى منى أى شئ، ومرت الليلة مثل أى ليلة فى حياتى باستثناء أن مكان نومى قد اختلف، وانتظرت مبادرته كأى عروس من عريسها، ولكن هذا لم يحدث طوال العشرة أيام الأولى من زواجنا، وجاءت إلى أمى لمباركة الزواج، وسألتنى عن إتمام الموضوع، فأسقط فى يدى ولم أعرف ما أقوله لها، ولكنها لاحظت ارتباكى ففهمت، ولم تعلق باستنكار، ولكنها قالت لى أن الرجل أحياناً يكون خجولاً تماماً مثل البنات، وأن عليّ أن أبادره المحاولة وأن هذا ليس عيباً، بل هو واجب علي أن أساعده على إتمام هذه العملية، حيث أن العلاقة هى مسئولية كلينا، وكذلك هى عائدة على كل منا بالنفع. وبعد هذه المحادثة تشجعت وبدأت أبادر زوجى وأسوق عليه دلال البنات كما قالت والدتى، فوجدته بدأ يلين من الناحية النفسية ويخرج عن صمته، ويعود إلى سابق عهده من المعاملة اللطيفة التى كانت فى أيام الخطوبة الأولى، ولكن كانت الأحداث تتابع دون أى إشارة إلى العلاقة الحميمة أيضا.. فتحملت هذا الوضع لمدة أسبوعين آخرين حتى مر حوالى الشهر على

زواجنا، وتخلـل ذلك سـفـرنا إلى شـهـر العـسل، ولـكن دون أى تطور بهـذا الخصـوص أيضا، ولكن عـقب عودتنا من شـهر العـسل كان قـد نفد صـبرى وبدأت أن أخلع برقع الحياء كما يقـولون ثم طلبت منه صباحاً وهو خارج إلى عـمله أن نخرج مـساء للتـحدث، وقـد حـاول الرفض ولكنه قبل أخـيرا أمـام إصرارى على ذلك، وحين خرجنا فتحت الموضـوع معه بصراحة تامة قائلة له أن هذه العلاقة تخصنى كما تخـصه تماماً، وآن لى أن أعلم الموضوع بدواخله قبل خوارجه، وبعد إلحاح منى بدأ يتكلم عن هذا الموضوع الحساس وقال أنه قبل الزواج، وأثناء فترة مراهقته وشبابه الأول، لم يكن يشكو أبدا من مسألة أى خلل فى مـسألة الانتـصاب، حـتى أصابه بـعض التغـير فى الفـحولة والقـدرة الجنسيـة كجزء من حـالة عموميـة أصابته، وكـانت تتسم بضعف صـحى عام وشعـور بالإنهاك والآلام فى كل أنحـاء الجسم، وكان وقـتهـا فى رحلة خارج مصر تـابعة لعمله، فعـرض نفسه على أحد الأطبـاء هناك، وقيل له وقتهـا أنها حالة عارضة سـرعان ما ستختفى باسـتخدام بعض الأدوية، فهذا سبـبه فيروس مـعروف، وهو نوع من أنـواع الانفلوانزا، وحين سـأل عن المـسألـة الجنسيـة وحـين قال للطبـيب أنه سوف يتـزوج بعـد شهـر من ذلك التاريخ، قـيل له أن المسألة الجنسية هى جزء من كل، وأنها سوف ينصلح أمرها بعد أن يزول هذا المرض.. ولكـن ما حدث هو أن المـرض قد زال بحـمد الله، ولكن المـسألة الأخرى لم تتـغير للأسف!!! وحين سـألته عن مدى تأكده من هذا الـموضوع بالرغم من أنه حـتى لم يحاول ولـم يبادر، قـال أن كل شاب يسـتطيع أن يعرف نفسه ولو بدون تجربة الجماع نفســه؛ وأن هناك ما يمسى بالانتصاب الصباحى الذى كان موجودا لديـه قبل ذلك بشكل أكبر، أما الآن - حسب كـلامه - فهو أحيـانا موجـود ولكن بشكل أضعف من ذى قـبل، وأحيانا غـير مـوجود على

الإطلاق.. وحين لمـته لعدم مصـارحتى، قال أنه حـزن كثيرا لمـا أصابه ولكن موعد الزفـاف كان قد تحدد بالفـعل ولم يستطيع مواجهتـى بما حدث، وتعلق بالأمل الذى أخبره به الطبيب بالخارج، واعتقد أن الأمـور ستسير بسلاسة بعد الزواج؛ ولكن هذا لم يحـدث للأسف.. وحين أشـرت عليه بضـرورة الذهاب لطبيب متـخصص، قال أنه فكر بالفعل فى هذا الأمـر، ولكنه أجله إلى حين أن يمر وقت كاف على الحالة التى أصابـته عسى أن يشفى دون تدخل طبى.. وقد طلب منى فى هذه المـحادثة أن أقف إلى جـانبه وأن أسـاعـده على تخطى هذه المرحلة الصـعبة فى حياته.. وأنا الآن أعـترف أننى جاهلة فى الأمور الـجنسية إلى أبعد الحدود، ولـذلك أرسل لك لأستشـيرك يا سـيدتى الدكتورة لتـفيدينى فى أمرى، فأنا لا أعرف ما هو الصح وما هو الخطأ فـيما قال زوجى، ولذلك لم أعرف كيف أرد عليه!! من ناحيـتى أنا أريد الوقوف بجانب زوجى فى محنته، ولكن بعد أن أعـرف ما إذا كـان ما يقوله حـقيـقيا أم لا، ومـا إذا كانت حـالته عارضة بالفعل أم لا؟ فأفيدونى أفادكم الله.

عروسنا الجميلة . . اسمحى لى أن أجـيبك على اتسـاع مداركك وسعيك وراء أن تعلمى شيئا غائبا عنك بسبب اكتشافك أن الجهل به يجر وراءه مشاكل لا حصر لها. . واسمحى لى أيضا أن أغـبطك على والدتك وسعة أفقها بدليل تقديمها نصـيحة سديدة لك بشأن علاقـتك بزوجك، ولم تتخذ موقفاً عـصبيا عدائيـا كان يمكن لغيـرها من الأمهات اتباعـه. . أما بالنسبـة لحالة زوجك يا صديقتنا الحبيـبة فأقول لك أن الأمر لابد أن ينظر له فى عدة نقاط:

أولاً: لابد من إجراء بعض الفحوص المعملية والطبـية لاستبعاد الأسباب العضـوية للحالة التى يشكو منهـا زوجك. . وآنذاك نستطيع القفـز إلى النقاط التالية.

ثانيا: إذا اسـتبـعدت الأسبـاب العضويـة لهذه الحالة، سـيبـقى لنا أحد سببين، إما أن يكون سببا وظيفيا، أو سبباً نفسياً. .

ثالثا: إن الأسباب الوظـيفية لهذه الحالة تكون أحيـانا هى لفشل (أو عدم القدرة) على استدعاء الشهـوة أو استحضارها فى الوقت المناسب، وذلك لأن الرجل وقتذاك يكون واضعا نفســه تحت الاختبار الكبير والرهيب، وبذلك يتم التعارض مع العـفوية والتلقائية اللتـان يجب أن تغلفان انـسيابيــة هذه العلاقة، فيحدث انقطاع للدورة الجنـسية عند أى من مراحلها، فلا تتم العلاقة لآخرها.

رابعا: الأسباب النفـسية لحالة انعدام أو انخفاض القـدرة الجنسية عديدة وشتى، وربما يفتى فيها الزملاء الأطباء النفسـيين بشكل أفضل منى؛ ولكن فى معظم الأحوال يـكون الخوف والقلق الشديدان هما الـسبب الأصلى والرئيسى فى حدوث هذه الحـالة، وذلك يرجع إما إلى قلة الثقة بالنفـس، أو للأحمال النفسيــة بـسبب الإسقاطات النفســية والاجتماعيــة على الرجل فى أوائل فترات زواجــه، انتظاراً للعظائم والإنجـازات التى سـيســأل عنهــا من أقـرانه وأهله، فيصاب بانعكاس فى انفعالاته، ويفـقد قدرته الجنسية بشكل مؤقت فى أغلب الأحيان، ويصيبه ما يسمى بعنة ليلة الزفـاف التى ربما تمتد لتصبح عنة الشهر الأول أو الشهور الأولى. . فتدبرى هذه الخطوات يا فـتاتى، وخذى بالأسباب جميعاً، وستصير الأمور إلى خير بإذن الله.

١ - أنا فتاة فى الخامسة والعشرين من عمرى، عندما كنت صغيرة لم أكن أعلم ما هو الجنس أصلا، ولا ما هو الجهاز التناسلى للمرأة، لذلك اعتدت أن أدخل أشيــاء صغيرة إلـى هذه المنطقة من فتـحة المهبـل، ولكن هذا الفعل لم يتكرر كــثيــرا وتوقــفت عنه ولم يحــدث شـيئ منذ ذلـك الوقت، وأنا الآن مخطوبة، وينتابنى الرعب من مجرد التفكير أننى فقدت عـذريتى.. استحلفك بالله يا دكـتورة بأن تساعـدينى علما بأننى كـنت فى التاسعـة آنذاك ولم ألحظ نزول دم وشكراً..

آنستى العزيزة، لقد طرقت أكثر من باب برسالتك هذه، أو ربما يجب أن أقول أنك نكأت أكثر من جرح بها..

أما الجـرح الأول فهـو أن أحداً لم يحـدثك أثناء طفولتك عن الأعـضاء التناسلية وأنها أجزاء يجب المحافظة عليهــا ويجب ألا تدخل فيها شيئا، ومن المفترض أن تبـدأ الثقافة من هذا النوع مبكراً جدا فى حـياة الطفلة، ربما عند عمـر الثانية، والنصف أو الثـالثة، أى عند بدء سن الذهاب إلى الحضــانة أما الجرح الثانى فهو انعدام الحوار بينك وبين والدتك أو والدك وأى من القائمين على أمرك فى ذلك الوقت لإخبارهم بما حدث حـيث حسن التصرف وسرعة حل المسألة إذا كان لهـا حل. وذلك إذا دل على شئ فإنما يدل على خلل ما فى جسر الحوار بينك وبين العناصر السـالف الإشارة إليها. ..

أما عن الجـرح الثالث فـهو تركك إلى هذه السن دون أدنـى حديث عن الثقافة الجنسية سواء من المصدر العائلى أو المصادر الدراسية مثل المدرسة أو

الكلمـة، أو من قراءاتك الشـخصيـة مثل الديـنية منهـا أو العلميـة، أو سؤال المتـخصصـين، مثل الأطباء والعلمـيين. . أما فى خـلال المرحلة الأولى من العمر، فـهى مسئولية القـائمين على أمرك، ولكن فيـما بعد فهى مسـئوليتك شخصيا حـيث يجب عليك أن تبحثى بنفسك عما تجدينه قـاصرا فى معرفتك أو ثقافتك. .

أما عن الحل حالياً، فهو ينحصر في أن تتوجهى لأى طبيب أو طبيبة من المتـخصـصين فى أمراض النسـاء للتأكـد من عذريتك وطمأنـتك على وجود الغشـاء (غشاء البكارة) سليمـا من عدمه. . أما عن عـدم حدوث نزيف وقت حدوث هذا الحادث، فهذا وإن كان يستبعد حدوث شئ فى الغشاء، ولكنه لا ينفى فضه نفياً قاطعاً، فهناك الكثـير من الحالات التى يحدث فيها فض لغشاء البكارة دون حدوث نزف ولو بسيط.

فتوكلى على الله يا فتاتي، وخذى بالأسباب، واذهبى للفحص النسـائى، وعسى ذلك أن يكون درساً لك أن تنشئى أولادك بطريقة مختلفة إن شاء الله.

✉ **أنا شاب فى العشرين من عمرى، وأحب أن أستفسر عن العروق الموجودة فى كيس الصفن: هل هى طبيعية؟ وهل لها تأثير على الإنجاب؟**

✍ ✍ ✍

أيهــا الشاب العــزيز. . شكراً لك لســؤالك القيــم؛ فهــو يدل على بداية للوعى الجنسى الذى بدأ يـتـواجـد فى أذهان الشـبــاب أمثـالك، وخاصــة هذه الحــالة التى تســأل عنهــا. . إن كـيس الصفــن يا عزيزى هــو الكيس الجلدى الموجود فيــه الخصيتان، وهو مبـطن مـن داخـله بعضلة دقيقة اسمـها عضـلة "دار توس" Dartos muscle وهو جلد رقيق مـشعر موجود خـارج الجسم، وسبب وجــوده خارج الجــسم هو ومحتــوياته من الخصـيتـين هو أن الحرارة اللازمة لحفظ وظيـفته إنتاج الحـيوانات المنوية للخصيــة يجب ألا تتعدى ٣٥ْ مئوية، فإذا بقيت الخصية داخل الجسم، فإن حرارة الجـسم الطبيعية ومتوسطها ٣٧ْ درجة مئويــة كانت ستقضى على وظيفــة الإنجاب لدى الرجل. . أما عن الحالة الطبيعية للأوردة المحيطة بالخصيتين، وهى العروق الموجودة فى كيس الصفن كما أسميتها أنت فيجب ألا تكون بارزة فوق السطح، ولا يكون عددها أو حجمــها مبالغا فــيه، حيث أن هذا يدل على وجود احتــقان شديد فى هذه الأوردة، فتـتـسـع وتزيد حجـمـاً وعــدداً وينتج عنها الحالة التــى تـسمى بدوالى الخصية، وآنذاك تكثر كمية الدماء حول الخـصية متمثلة فى الأوردة المتسعة، مما يــحمل بين طياته خطورة انتقــال حرارة الجـسم (٣٧ْ) إلى منطقــة ما حول الخصية حيث أن حرارة الدم = ٣٧ْ مما يؤثر سلبا على وظيفة إنتاج الحيوانات المنوية، ويكون هذا التــأثير تدريجيــا، فينقص عدد الحـيوانات المنوية شيــئا

فشيئا، فإن لم يتم عـلاج الحالة جـراحيـاً تزداد الأمـور سوءا. . وكمـا تـرى يا صـديقنا العـزيز، فـهناك عـلاج جـراحى لهـذه الحـالة يغنينا تمـامـا عن المضاعفات السيئـة التى نحن فى غنى عنها. . فسارع يا صديقى بالذهاب إلى أحد الأطباء المتخـصصين فى جراحة الأوعية الدموية لإخـبارك عما إذا كانت "العروق" الـتى تشكو من وجودها هى داخل النطاق الطبـيعى أم تخطـته إلى النطاق المرضى. . وفقك الله ووقاك شر الأمراض جميعاً.

أنا شاب فى الســابعة والعشريــن من عمرى، خاطب ومـقبل على الزواج، وأود أن أسأل عن شئ يقلقنى فعندما كنت أمارس العادة السرية كأكثر الفتيان، ولمدة طويلة أصبح المنى شبـه فاقد للزوجة، فهل هذا أمر عادى أم أنه مرض؟ أرجو سرعة الرد لأن هذا الأمر يشغلنى كثيراً وشكراً..

أولا نود أن نباركك ونبــارك زواجك أتمه الله لك بكل الخيــر.. أما عن سؤالك فأنا أقول لك يا سيدى أن العادة السرية هى بمثابة مجهود كبير يقوم به معظم أجهزة الجسم وبالذات الجهاز العصبى والغدد الجنسية، تلك الغدد التى تشارك إفــرازاتها فى التكــوين الكلى للســائل المنوى، ولذلك كلــما زاد إرهاق هذه الغدد بكثرة القــيام بتلك العادة السرية، كلما قلت الجــودة فى إفرازاتها، ومنها إهدار الإضافات البروتينية والدهنيــة والمعدنية التى تشكل تكوين الســائل المنوى بشكل جــزئى وتمنحـه لزوجـته الــتى تتحــدث أنت عنهــا، وإذن من البديهى أن تقل هذه اللزوجة عند تكرار عمل هذه الغدد بشكل مبالغ فيه بسبب عدم توافر الوقت اللازم لإعادة تصنيع وبناء المواد اللازمة لوجود هذه اللزوجة حيث يتــم استخــدامها باســتمــرار مما لا يدع لهــا الفرصــة العادلة للتــواجد المستمر..

أما الآن يا ســيدى، وبما أنك مـقبل على الزواج، وقطعا أنت مـقتنع أن هذا الأمــر الآن ليس متـعلقــا فقط بشــخصــك ولكن بشخص آخــر ألا وهى خطيبــتك، وذلك بدليل تسأولك واســتفــسارك عن هذه الحالة الــتى أصابتك فأقلقتــك، فإنى أقول لك إن قبل أنه نتــحدث عن حالتك على أنها حــالة غير

طبيعية أو حالة مرضية، فلتتأكد أولا من ذلك أو بالأحرى نستبعد ذلك بإجراء فحص معملى للسائل المنوى، حيث نستطيع الجزم آنذاك إما بوجود عيب ما فيتم علاجه بواسطة طبيب أمراض الذكورة، أو بعدم وجود عيب عضوى، فتختفى هذه الحالة شيئا فشيئا بإراحة الأعضاء والأنسجة من الأشغال الشاقة التى كلّفتْ بها لفترة طويلة، ويعود كل شئ إلى أحسن حال بإذن الله.

لقد ذكرتم أن طول القناة المـهبلية يتراوح من ٧-٩ سم وأن طول القـضـيب يكون فـى المعـقول إذا تـساوى مع هذا المـقـاس أو زاد عنه بقليل، ولكنى أرى أن المرأة تفضل أن يكون القضـيب طويلا جداً وعريضا أيضا، فهل هذا صحيح؟ وهل هذا يفرق مع المرأة؟ وهل يفرق فى درجة المتعة الجنسية؟ وهل هذا الفرق بالتفاوت بالزيادة أو النقصان؟

أيضا أريد أن أعـرف هل المتعـة الجنسية واحـدة أم لها درجات متـفاوتة وكيف أصل إلى قمة الـمتعة الجنـسية؟ وهل طول القـضيب يفرق أم لا؟ أرجو الرد وشكرا. . .

صديقنا العزيز.. من أين جئت بهذه المعلـومة عن المرأة التى تفضل أن يكون القضـيب طويلا جدا وعريضا أيضـا؟ إن مـسألة أن يكون القضـيب بهذه المواصفات هى مـسألة تجارية بحتة استغلها ضعاف النفوس من منتجى الأفلام الجنسية ومنشـئى المواقع الإباحية ليضعـوا مواصفات قياسيـة للعضو التناسلى الذكرى وهو أن يكون طويلاً جدا وعريضاً جـدا أحيانا بشكل لا يكون واقعياً، ولكن باسـتخـدام مـسـتـحـضرات وأجـهـزة معـينة، ويـسـتغـل منتجـو هذه المـسـتـحضـرات والأجهـزة من شركـات وأفراد هذه المـواقع وهذه القنوات التليـفزيونيـة للإعلان عن تلك المنتـجات وترويجـها وعلى ذلك فـهى مافـيا للإعلان والتـسويق لـسلع ليـس من الضرورى أن تكون فى صـالح الإنـسان، بل بالعكس فهى فى أحـيان كثـيرة تكون مضرة، ولكـن ما المانع إذا كان المـبدأ أساساً فى نشأة هذه القنوات والمواقع لا يمت للثقافة الجنسية أو الصالح العام

بأدنى صلة . . وحتى إن كنت صادقا فى مســألة أنك صادفت إحدى الفتيات أو السيدات التى أتمنى أن تكون زوجتك - والتى أخبرتك أنها تفضل المواصفات التى قلتها عــن العضو الذكرى، فقــد تكون هى أيضا كونت رغبــتها تلك من المواصــفات التى قد تكون اعتــمدت فى بناء ثقافــتها الجنســية على استــسقاء المعلومات منهــا، وهى قطعا المعرفة المغلوطة التى طالمــا تحدثنا عنها، يا صديقى العزيز، إن المتعة الجنسية بالنسبة للمرأة تتحقق بالشروط التى تعرضنا لها من قــبل والتى أشرت أنت إليــها فى سؤالك، أى أن كم الــمتعــة مرهون بتحقق شــرط الجمع الكامل بحيث يتــساوى أو يربو حجم القــضيب مع حجم القناة المهــبلية، أما مــسألة تفاوت المــتعة بالزيادة والنقــصان بشكل مطرد مع حجم القضيب فــهى مسألة وهمية لا تخضع لأية قوانين علمــية، ولكنها فقط كما أشــرت وليدة الانفتاح الجنسى والإباحيــة الجنسية المقــيتة عند بعض من الذين أصبحوا شبه مدمنين لهذه القنوات لدرجة الاعــتماد عليها أحيانا كمصدر للثقــافة الجنســية (الخاطئــة بالطبع) وأيضا تخــضع لقوانين تلك القنوات غــير الشرعــية من أغراض تجاريــة بحتة وإثارة الغرائز بشــكل مطلق، والعزف على أوتار غريزة الــتملك عند الإنســان والتى تجعله دائمــا يشتهى الأكــبر والأكــثر والأحسن، ولكن هنيئا لم يتحلى بالقناعة والرضا، فهما من أفضل الأخلاقيات الدينية والدنيــوية، والتى تغير وقع الظروف وإن كانت غــير مقبولــة إلى كونها مقبولة بل تكون أحيانا مرضية وباعــثة على الســعادة إذا احتسبنا أجر ذاك الرضا وهذه القناعة فنفوز بسعادتى الدنيا والآخرة.

أما عن الجزء الثانى من سؤالك عن درجات المتعة، فأقول لك نعم هناك

درجـات متـزايدة من المتـعة، وهى تلك الأحـاسيـس التى تـعلو بعلو منحنى الدورة الجنسية ومع التقدم الصحيح فى مراحلها المختلفة حتى الوصول لآخر المرحلة الثالثـة وهى مرحلة الشبق. وطول القضيب الـمتصب فى هذه الحالة لا يمثل فـرقاً فى تزايد المتعـة.. أما عن كيـفية وصولك إلى أقـصى درجات المتعة وكـيفية ذلك فهناك نقطتان لابد لنا من أن نحسب لهـما حسابا، النقطة الأولى هى أن الكيفية لهـا أصول وفروع، أما الأصول فهى الأشياء المـشتركة بين جميع أبناء الجنس الواحد أى جميع الرجـال أو جميع النساء، أما الفروع فهى ما يتمـيز بها كل شخص على حدة حسب قـالبه الجنسي (راجع القوالب الجنـسية)، أما عن تفاصيل هذه وتلك وكيفيـة استكشافها فهذا لا مجال لذكره إلا فى جلسـات تجـمع الطبيب والزوج والزوجة فـقط. أما النقطة الثانيـة فهى ذلك الشعور الخفـى بداخلى والذى أشعر أنه حقيقى بأنك غـير متزوج، وهذا شئ غـير مريـح بالنسبـة لى أن أتحدث فى أشـياء بالعـمق الذى تطلبه (مـثل الوصول إلى قمـة المتعة) مع شخص غيـر متزوج حتى لا أشارك فى معـصية قصوى حيث لا قبل لى بذلك.. وأخيراً أدعو الله يا صديقى أن يغنيك بحلاله عن حرامه وأن ينعم عليك بنعمة طاعة الله وخشيته...

✉ أنا شاب متزوج حديثا وأعانى من مشكـلة مع زوجتى، وهى أنها لا تـستمـتع بالعـمليـة الجنسيـة إلا من خـارج المهـبل من الجـزء العلوى ولا تستمتع أبداً من عملية الإيلاج، وفى أحيان كثيرة تؤلمها عملية الإيلاج.. أرجو الإفادة وطرق العلاج والسلام عليكم ورحمة الله .. وشكراً.

✍ ✍ ✍

أيها الشاب العزيز. . . هذه يا سيدى ليست مـشكلة، بل إنها مرحلة من مراحل الاستمتاع عند المرأة، وهى تتـويج لمقدمات العلاقة والتى تعمل على نجاحهـا بالنسبة لطرفى العـلاقة إن كان الرجل أو المرأة، ولكن من الطـبيعى أيضا أن المـرأة تستمـتع بعملية الإيلاج بشكل قـد يختلف أو قد يتـساوى مع المتعة الخارجـية، حيث توجد أيضا شبكة عصبـية تؤدى إلى نفس الأحاسيـس بالمتعة وهى موجودة حول جدران المهبـل ومن جميع جهاته، ومما عرضته يا سيـدى أستطيع أن أرجـع سبب ما تشـكو منه إلى أكثـر من احتـمال، وهذه الاحتمالات هى كالتالى:

١- قد تكون زوجتك مصابة ببعض الالتهابات التناسلية والتى تمنع الغدد من أن تفرز الإفرازات المرطبة والملينة لمسألة الإيلاج، وفى هذه الحالة تكون محتاجة لاستشارة طبيب أمراض نساء للعلاج.

٢- قد تكون أنت مصابا بسرعة القذف بحيث لا تستغرق زوجتك الوقت اللازم للتقدم فى منحنى الاستمـتاع الجنسى للوصول لآخره، وفى هذه الحالة لابد أن تعالج أنت هذا العرض باتباع التمارين الخاصة بذلك.

٣- قد تكون زوجتك غـير قادرة على التقـاط إحساسها بالمـتعة من هذه

المنطقـة، وفى هذه الحالة تحتـاج لأسلوب معـين فى طرق إثارتها أثناء فـترة المداعـبة التى تـسبق الجـماع، هذا الأسلوب يتم وضعـه تفصيـلا من الطبيب المعالج لإعلاء قـدرة هذه السيدة على النقاط ذلك الإحـساس بـالمتعة من هذه الشبكة العصبية تحديداً.

وكـما رأيت يا صـديقنا أن طرق العـلاج تختلف بـاختـلاف المسـبب، فالخطوة الأولى هى تشخيص السـبب ثم تتلوها خطوة العلاج الذى يؤتى ثماراً مؤكدة بإذن الله.

○○○○

كيف يفض غـشاء البكارة؟ وهل يوجد غـشاء بكارة لا يفض إلا عند الولادة؟

غشاء البكارة هو غشاء رقـيق يوجد على بعد حوالى ١,٥-٢,٥ سم من الفتحـة المهبلية الخـارجية، وهو يفض بالتـلامس المباشر معـه بالدخول إلى القناة المهـبلية، ويمكن أن يكون ذلك بالقـضيب فى الجمـاع، أو بإدخال أى شئ صلب آخر يكون له سمـك كاف لفضه، أو باسـتعمال العنف إن لم يكن سمك الشئ المستخدم يسمح بذلك، أو عن طريق الجراحة (الفض القطعى)، وهناك أنواع من الغـشاء التى لا تفـض إلا عند الولادة، أشهـرها وأهمهـا هو الغشاء المطاطى أو الغشاء ذو الفتحة المتسعة. وقد يظل غشاء البكارة موجوداً حتى آخـر عمر المـرأة مهمـا طال بها العمـر إذا كان من تلك الأنواع التى لا تفض بالجماع إذا لم تلد أبدا أو إذا ولدت بعمليات قيصرية.

إلى الدكتـورة العزيزة/ هبة قـطب: لقد استـفدت منك كثـيرا فى التـحدث عن الدورة الجنسـية، ولكن عـندى سؤالا يؤرقنى وأعلم أنه يضـايق زوجى منى كثيرا؟ أنا عمـرى ٢٧ سنة ومتزوجة ولدى طفل، والمشكلة هى أنه أثناء العلاقة الحـميمة بيننا وهو كـما يقول لى أننى باردة من الناحيـة الجنسية، فهو يحاول كثيرا إثارتى ولكن للأسف لا ينجح فى ذلك، ومن ثم يكون دورى فـقط هو مسـاعدته لكى يـصل للمرحلة التى يـريدها حتى أريحـه، أما أنا فـلا يحدث هذا عندى مـما يجـعلنى أحس أننى مجرد آلـة تقوم بعمل محدد دون النظر إليها وهذا أيضا يضايقـه لأنه يقول أنه من حقى الوصول لنفس المرحلة، ولكن لا أعرف ماذا أفعـل!! فدلينى فـربما أكـون مريضـة وأحتاج لـعلاج؟! وشكرا على وقتكم الثمين..

سـيدتى العـزيزة.. قال الله تـعالى فى كتـابه العزيز: "ولهن مـثل الذى عليهن بالمعروف".. وقال رسـول الله ﷺ: "النساء شقائق الرجال".. من هذين القـولين العظيمـين لابد أن تعرفى جـيداً أنك قـادرة بشكل مطلق على الاستمتاع بنفس القدر الذى يسـتمتع به زوجك، بل أن الله قد حباك - وبنات حواء - بمـيزتين لا توجـدان عند الرجل فى ناحيـة الإثارة الجنسيـة، هاتان الميـزتان هما قدرتك عـلى الحصول على أكـثر من شبق أثناء اللـقاء الجنسى الواحد، والميزة الثانية هى وجود مصدرين للاستمتاع الجنسى عند المرأة وهما الداخلى (المـهبلى) والخـارجى (البظرى)، أعلم أن كلامى هذا يبـدو لك فى غير موضعه لأنك لا تشعرين بالمتعة أصلا، ولكنى أعرض ذلك مبدئيا لأؤكد لك أن هناك مخرج مؤكد من حالتك بإذن الله تعالى...

يا سيدتى الفاضــلة، إن حالك هو حال الكثيرات والكثيــرات من الفتيات الصالحات العفـيفات اللاتى لم يصادفن العلاقات بالجنــس الآخر فى حياتهن أبداً، وبالتالى ظلت تلك الـمنطقة الحــاســة من مشاعــرهن منغلقة دون أدنى تلبية لها، إلى هنا وهذا شئ محمود، أما الجانب المظلم من المسألة هو ذلك الجهل والتـعتـيم الذى غلف هذا التحـفظ وهذا المستـوى الرفيع من التـربية والتـأدب، وأقصــد بالطبع الجـهل بأمور الجـنس والزواج والرغبــة، كل هذه الأشياء التى يجب أن تقــدم لأبنائنا وبناتنا فى سن معينة مشمــولة بالتوأمة بين العلم والدين، ولكن قدر الله وما شاء فعل..

أما الآن يا ســيدتى فمن حـقك أن تـستمـتعى بحـياتك الزوجيــة حتى لا تصبح بالنـسبــة لك ذلك الشئ البارد الممل، أو المهمة الـثقيلة كما وصفـتيها أنت فى رسالتك، حيث أن لهذا مـردوداً نفسياً غير مرغـوب فى عواقبه، ومن حق زوجك أيضا أن يشــعر برغبتك فــيه وفى التقــارب الجسدى منه مدفــوعة بعاطفة قوية وبرغــبة جارفة وليس بمجرد رغبــة فى القيام بواجب أنت مضطرة لأدائه، أمــا الطريق لتحـقيق ذلك هــو سعــيك أنت وزوجك لبعض جلســات العلاج الجـنسى الذى سيعـمل على تحقـيق قدرتك على التـقاط الأحـاسيس الجنســية المــوجودة بين جنبــات جســدك، وأيضــا بالنسبــة لزوجك تكون له جلسات تعلــمه بعض فنون المداعــبات لمن هن فى مثــل حالتك لمســاعدتك على تجاوزها بمعاونتــه حيث أن العلاقة ثنائية زوجية غيــر قابلة للتجزئة على جميع جوانبها وفى كل مراحلها.

وأخيــراً يا سيــدتى أود أن أطمئنك أنــه لا يوجد مرض مــسمى بالــبرود

الجنسى لدى المـرأة، ولكنه عرض تسهل إزالتـه بإذن الله إذا ما سـعينا لذلك وأخذنا بالأسباب، فتستمتعين وتمتـعين، وتفيدين وتستفيدين، وتكون سببا فى هدوء نفسك ونفس زوجك.

السلام عليكم ورحمة الله وبـركاته.. معـذرة إن كان المـوضوع اللى حـتكلم فيـه مـحرج شـويه.. بس أنا قلقـان الموضـوع هو إنى شره جـداً للجنس لدرجـة أنى عنـدى علاقـات كـثـيـرة جنسـيـة وخايـف على بكرة من النهاردة، السؤال هو: هل كثرة الجماع يؤثر بعد كده على الشهوة الجنسية؟

معلومة: سنى الآن ٢٩ عاما برجاء حل مشكلتى وشكراً..

لا تتصـور مدى ما أشعـر به من استثـارة لأعصابى من جـراء قراءة هذه الرسالة التى تـتحدى الثـوابت الدينية والأخلاقـيـة، أنا عـادة ما أبدأ ردى على الرسائل بـ "يا سيدى" أو "يا صديقى" أو "يا عزيزى" ولكنى هنا لا أقبل أن تكون سيدى ولا صديقى ولا عزيزى، بل لا يشـرفنى ذلك، عموماً، سأحاول أن أنحى شعورى الشخصى جانبا وأكون أكثر موضوعية:

أولاً: بخصوص ما أشرت إلـيه من أنك "خايف على بكرة من النهاردة" فإنى أرى أن منتـهى نظرك ذهب إلى الدنيا أيضـا، وكأنك ملكت اليـوم وغدا وفقط خائف أن تصاب "شراهتك الجنسية" بسوء، فمن قال لك أنك ستعيش إلى بكرة الذى تخـاف عليه من النهـاردة؟ ألم يصل تفكيـرك فى "بكرة" إلى أبعـد من ذلك؟ ألم تفكر فى تقف فـيه بين يدى اللـه سبـحانه وتعـالى وأنت مـرتكب لكل هذه الكبائر، بل أكـبر الـكبائر؟ والمـصيـبة أنك تجـاهر بتلك المعصية الرهيبة وتلتمس لنفـسك العذر بأنك شره جنسيا، فإن كان ذلك العذر فى ظنك يـسمح لك بكل هـذا الانتهاك الصريح والمـتكرر لشرع الله سبـحانه وتعالى، لاستثنى خالقنا وهو الأعلم بنا، الشـرهين أمثالك من العقاب ولأشار

إلى هذا الاستثناء فى التشريع السماوى، فأفق بإرادتك، وارجع إلى الله واندم على ما فعلت واعـزم على ألا تعود قبل أن تفق على ما لا تـحب ولا تشتهى من غضب الله فى الدنيا وعذاب منه فى الآخرة.

اما عن سـؤالك عن تأثير كثـرة ممارسـة الجنس على الشهـوة فهناك رد علمى مجـرد، وهو لا، لا تؤثر كثـرة ممـارسة الجنس على الشـهوة، ولكن بالطريقة التى أشرت أنت إليها، فإنها ستؤثر على أشياء كثيرة أخرى: أهمها أن قالبك الجنسى الآن أصبح ممسـوخا بحيث لن تثيرك ولن ترضيك أى زوجة فى المستقبل إذا بقيت على هذه الحال،

ثانيا: إن القدرة الجنسية تتأثر بالتالى لأن الإثارة قد تأثرت - وهى الطريق المنطقى لاستجابة الأعضاء الجنسيـة - ومن ناحية أخرى لأنه أحيانا ما يحدث إنهاك للأنسجة الانتصابية أو يحدث تسريب وريدى.

ثالثا: لقد رأيت حـالات مشابهة لحالتك من المتـرددين علي فى العيادة يشكون من أعراض جنسيـة مختلفة دون وجود أى سبب عضـوى لها، ويظهر ذلك فى كثيـر من الأحيان بعد الزواج طبـعاً - وهذه هى الظروف التى أراهم فيها - وقد يستجيب البعض لأنظمة العـلاج المختلفة وقد لا يستجيب البعض الآخر ويظل يشكو دون أى سـبب واضح إلا لكون الجزاء دائمـا ما يكون من جنس العمل، وكـأن الله يبلغ هؤلاء رسالة قـائلا لهم فيهـا: لقد استـعجلتم بالحرام الخبيث واستعضـتم به عن الحلال الطيب، فها هو الحلال الطيب بين أيديكم ولكنكم غير قادرين، بل عاجزين أحيانا عن الاستمتاع به..

وصدق الله العظيم حيث قال: "قل يا عبـادى الذين أسرفوا على أنفسهم

لا تقنطوا من رحـمة الله، إن الله يغفـر الذنوب جمـيعاً" . . وصـدق رسوله الكريم حيث قـال: "كل ابن آدم خطاء، وخير الخطائين التـوابون" . . وأخيرا أود أن أختم بهذا الحديث القدسي الرائع والذى أدعو الجـميع أن يتخذوه مبدأ لحياتهم: "البر لا يبلى، والذنب لا ينسى، والديان لا يموت، أعمل ما شئت فكما تدين تدان" . صدق الله العظيم. وصدق رسوله الكريم.

زوجتى ترفض دائما العلاقة الجنسـية بيننا، وذلك بعد أن أنجبت لى مولوداً وعمره لأن سنة واحدة.. أريد الرد وشكراً..

سيدى الفـاضل. . العلاقة الجنسـية بالنسبة للمرأة مـختلفة عنها بـالنسبة للرجل، فهى بالنسبة للمرأة تتويج لعلاقة الحب والتعاطف والتراحم بينها وبين زوجها، أى أن لها صلة بالعلاقة الحياتية اليـومية بينهما، أى أنها ليست علاقة مجـردة لتفريغ شـهوة، ولكنها بالنـسبة لها استقاء لمـعنى أسمى كثـيرا وهو الانصهار العاطفى والمـعنوى بين كيانها وكيان زوجهـا، ولذلك يا سيدى فإنى أنصـحك أن تفـتح حوارا صـريحـاً ومطولاً مع زوجـتك، على أن يكون هذا الحوار مغلـفا بالعاطفة والهـدوء، وحبذا لو كان هناك تقـارب جسدى (وليس جنسيا) أثناء هذا الحوار، كأن تكون محتضنا، أو ماسكا ليدها أو. .أو. . فقد تكون مـستاءة من شئ فى مـعاملتك لها، أو قـد تكون راغبـة فى المزيد من المداعبة أثناء لقـاءاتكما الجـنسية وكـانت تشعـر بالخجل من الـخوض فى موضـوعات كهذه أن تطرحـها معك، أو قـد تكون تشعر ببـعض الألم بسبب إصابتها باحتقان أو التهاب وفى هذه الحالة تحـتاج لطبيب متخصص لفحصها وعلاجـها، وإن أبت أن توضح أسـباباً بعـينها، فـاتحها أنت فى هـذه النقاط الـسابقة لتعرف أسباب استيائها من أى منها مع طمأنتها أن لكل شئ حلاً وأنك ستـقبل كلامهـا مهما كان قـاسياً، ولكن فى المصـارحة راحة وتقارباً نفـسياً لكما. فتوكل على الله يا صديقنا وستصير الأمور إلى الخير بإذن الله.

ما هى آخر مراحل النشوة عند المرأة؟

إن مـراحل النشـوة عن المرأة تمـر فى أربع مـراحل هى مـراحل الدورة الجنسية - راجع الدورة الجنسية عن المرأة - أمـا مرحلة النشوة الجنسية سواء عند الرجل أو المرأة، فهى المرحلة الثالثـة من الدورة الجنسية، وهى المسماة أيضـا بالشـبق، والمرأة تسـتطيع أن تعـرف إذا كـانت وصلت أم لا إلى هذه المرحلة، وهـى مجمـوعة من ردود الأفعـال الجسـمانية التـى تصاحب هذه المرحلة الانفعالية، وهى تشمل زيادة فى الدورة الدموية كما وكيفا، وزيادة فى ضربات القلـب من حيث العدد والقـوة، وقشـعريرة تصيب الجلـد فى معظم أنحـاء الجسم، ويكـون كل ذلك - وبعض الأعراض الأخـرى - مـصحـوبا بإحـساس عمومى بالرضا والاسـتمتاع، وليـس شرطا عند المرأة أن تنتهى هذه المـرحلة بالعودة إلى نقطة الـصفـر أو مرحلة اللاإثارة، فى حـين أن هذه هى القاعـدة عند الرجل - أمـا عند المرأة فـيمكنهـا أن تصل إلى مرات مـتـالية ومتعددة من ذروة النشـوة أو الشبق طالما استمر التطور الانفعـالى والمداعبات التى تـسببه. . وعلى ذلك يمكن إنهـاء الدورة الجنسية عنـد المرأة فى الوقت الذى تشعر هى فيـه، وبالتالى يشعر فيه زوجـها، بتمام الإشباع والاسـتمتاع، وهناك ذلك النوع الآخـر من الشـبق الأنثوى الذى يسـمى الشـبق الداخلى أو المهبلى والذى يكون حشـوياً فى المقام الأول ويحدث بتمام العـلاقة الجنسية أى بالإيلاج، ويكون ذلك نتاجا للاحتكاك مع الجـدران الداثرية للمهبل حيث توجد المـستقبلات العصبية التى تثار بالضغط والحركة، وعلى ذلك يتم توصيل

هذه الإشارات العصبية إلى مركز الحساسية الجنسية فى المخ فيجيب بالتصاعد الانفعالى التدريجى فى الدورة الجنسية حتى الوصول لقمتها وهى مرحلتها الثالثة والتى هى.. الشبق.. أرجو أن أكون يا صديقى قد أجبتك عما تريد معرفته عن آخر مراحل النشوة عند المرأة عسى الله أن ينفعك بهذا العلم وأن يوظف فى الحلال الذى يرضى ربنا عنا.

✉ سمعت أن هناك أوقاتاً معينة تكون فيهـا المرأة أكثر خصوية كما أن هناك أوقـاتا أخرى تكون عتـها الجنسـية مـرتفعـة، وهذه الأوقات مـحددة بالنسبة إلى الدورة الشـهرية، أى قبل أسبوع من الدورة أو بعدها مـباشرة، فهل هذا الكلام صحيح؟

✍ ✍ ✍

قبل أن أجيب مـباشرة عن هذا السؤال، أود أن أوضح لقـراتنا الأحباء أن تلك القوانين التى تتحدث عنها لا تسـرى على جميع البشر، أو بالأحرى على جميع النسـاء، فكما أن لكلٍّ واحدة شكلاً خارجياً يختلف عن الأخرى، كذلك فإن لهـا تركيباً جـسـمانيـاً وعصبيـاً وهرمونياً يخـتلف عن الأخريات، وتلعب المواصفات الشخـصية دوراً هاما حيال هذه الأمور، وحيال الاسـتجابة النفسية لهذه التغيرات الدورية الهرمونيـة، ولذلك، وبالرغم من احتمال سريان ما قلته على البعض أو الكثير من الفتيـات أو النسـاء، لابد أيضا أن نأخذ فى الحـسبان أنه لا يسـرى على غيـرهن، فقـد ثبت فى الدراسـات التى أجراها مـاسـتـرو جونـسون على الانفعالات الجنسـية عند المرأة فى العقدين السادس والسابع من القرن الماضى، أن الرغبة الجنسية عند المرأة لا تخضع فى معظم الأحيان إلى تلك التغيرات المتعلقة بمسـتوى الهرمونات فى الدم، وإن كانت تلك التغيرات الهرمـونية تتحكم فى اسـتجابة الغدد الجنسـية والتناسلية للإثارة، وفى نوعـية الإفرازات التى تخـرج من تلك الغدد من حـيث الكمية والـقوام. ومن الخطأ الكبير أن يبدأ الـناس حياتهم وعلاقاتهم الجنسـيـة مع أزواجهم (رجالا كانوا أم نساء) بفـكرة مسبـقة وراسـخة عن ماهيـة الإثارة وتغيـر شدتها وخـضوعـها

للهرمونات أو الدورة الشهرية أو غيرها، ولكن يترك ذلك للفطرة الطبيعية التى سيلتقى فى ضوئها الـطرفان، وللقوالب الجنسية التى سيطبعانهـا على بعضهما البعض، أما بالنسبة لمسألة الخصوبـة، فهذا شئ يفتى فيه الزملاء أطباء النساء والتوليد أكثر وأفضل، ولكن هنا أقول أن الله الخالق العلى الكبير هو القادر على كل شئ، وهو مـانح النطفـة القـدرة على الإخـصـاب وبالتـالى تكوين الجنين، وعلى ذلك، فليس علينا إلا الأخـذ بالأسباب مـن حيث الانتظام فى العلاقة وتخير الفـترة التى يكون فيها الاحتمال كـبيراً لحدوث الحمل، ولكن لنستعين أولا وأخيرا بالدعاء أن يـوفقنا ويمنحنا ولا يمنع رزقه عنا، فإنه سميع قريب مجيب الدعوات.

⭘⭘⭘⭘

أرجو المعذرة فى سؤالى، ولكنه سؤال محيرنى، وهو: ما هو الوضع الشرعى للجماع مع الزوجة؟ وهل بعض الممارسات مثل الجنس الفموى (الذى يمارس بالفم) حرام أم هو جائز؟! أرجو إفادتى حتى تتضح الأمور. جزاكم الله عنا كل الخير وشكراً،،،

أرجو ألا تختلط الأمور على قرائنا وأحبائنا من حيث الخلط بين القدرة على عرض وإطلاق الحكم العلمى أو الحكم الدينى، وخاصة فى الأشياء التى عليها خلاف وحدث فيها جدل حول حلها أو حرمتها.. ومنها الجنس بالفم أو الجنس الفموى، فأنا لست أهلا للفتوى، ودائما ما استحضر قول الرسول ﷺ: "أجرؤكم على الفتوى أجرؤكم على النار"، ولفضيلة الشيخ يوسف القرضاوى آراء فى هذا الشأن، ولكثير من فقهاء المسلمين أيضا، فلتبحث يا صديقى عن هذه الفتاوى وتلك الآراء التى عرضها العلماء الذين نحسبهم على خير دائما.. و.. "اسألوا أهل الذكر إن كنتم لا تعلمون".

أنا شابة فى العشرين من عمرى، متزوجة حديثاً، وزوجى يطلب منى فعل شئ معين لإرضائه وفى أكثر من مرة كان يقذف فى فمى، فهل هذا الشئ سوف يجلب لى الأمراض أم أنه أمر عادى؟

إن هذا السؤال خاص بما يسمى "بالجنس الفموى" والذى أثار حوله بلبلة كثيرة حال طرحه للمناقشة، حيث أنه شئ مستحدث نتيجة انتشار ظاهرة الدش (القنوات الفضائية)، والانترنت، ووصول هذه المستحدثات إلى كل مكان وعدم اقتصارها على أماكن محددة كما كان الحال فى أول أمر هذه الظواهر.. ومما لا شك فيه أن هذه المعلومات المستقاة من مختلف المصادر ساهمت فى تغيير شكل العلاقات الجنسية، وطريقة الأداء فيها، وبالتالى طرق الإثارة والاستثارة لكلا الطرفين، أى أن ذلك قد تسبب فى تغيير القوالب الجنسية، أو - إذا جاز التعبير - عمل بعض التعديلات فيها، وكل ذلك طلبا لمستوى أعلى وأفضل من المتعة الجنسية، وأيضا للإمعان فى كسر الملل الذى قد يتسرب من التمسك بالجزء الوظيفى للأداء الجنسى دون التغليف المتجسد فى التنويع فى مقدمات العلاقة الحميمة، ومن هذه الأشياء، بل ربما أشهرها على الإطلاق هو ذلك "الجنس الفموى"، والذى هو ممتع ومطلوب عند كثير من الرجال على وجه الخصوص، وأيضا عند بعض النساء، ولهذا سبب علمى من حيث حساسية النهايات العصبية فى المنطقة الجنسية لأنواع معينة من الأحاسيس والتى من شأنها بعث إشارات عصبية كثيرة، مما ينتج عنه انفعال حسي كبير، وتلك هى المتعة التى يشعر بها الرجال، والذى يصر عليها

أحيانا كثيرة ويسعى إلى تعويد زوجـته على الأداء الذى يفرز هذه المتعة، كما هو الحال مـعك فى تجربتك تلك مع زوجك. ولهـذا الشئ وجهـان، الوجه الأول هو الوجـه الدينى، وكـون هذه الأفعـال حـرام أم حـلال، ممـا يؤرق الكثيـرين، ويمنعهم أحـيانا من أدائها، وأحـيانا ما تغـضب الأطراف الأخرى للعـلاقة (الأزواج فى حـالة النسـاء أو الزوجـات فى حالة الرجـال)، وفى هذا أقول كـما أقول دائما أننى لست أهلا للفـتوى، ولكن لفضـيلة الشيخ يوسف القرضاوى رأى فى ذلك، فيـمكن الرجوع إليه بسهولة، أما من الناحـية الطبية العلميـة والطبية (الوجه الآخـر لهذا النوع من المتـعة)، فمن السهل اسـتنتاج وجود أضـرار لذلك من عدمـه ببســاطه لأن العناصر المكونة للســائل المنوى (المنى) وأيضا للمذى (وهــو السائل الشفاف الذى يفرز حـال الإثارة الجنسية) عند كلا الجنسين معروف للجميع، وهو عبارة عن نسب متفاوتة من النشويات والسكريات وبعض أنواع الدهون والبـروتينات، وعلى ذلك فهو غيـر ضار من الناحية الصحية، لخلوه من المكونـات التى قد تؤثر سلبا على صحة الإنسـان.

وأخيـراً فإننى أحب أن أبارك زواجك يا عروسـنـا الجميلة، ونقـول لك الدعاء المأثور عن الـرسول ﷺ: "بارك الله لكما وبارك عـليكما وجمع بيـنكما فى خير".

أنا شاب أبلغ ٢٢ عـاما، كنت أمارس العـادة السرية لفتـرة سنتين وأقلعت عنها بحمـد الله.. المشكلة الآن أننى أعانى من كثـرة الاحتلام بشكل

لب الجنسـية التى سيطبع

انها على بعضــهما البعض، أما بالنســبة لمـسألة الخصوبة، فـهذا شئ يفتى ف
ه الزمــلاء أطبــاء الـنســاء والتـوليـد أكـثـر وأفـضل، ولـكن هنا أقـول أن ا
له الخـالق العلى الكبـيـر هو القادر على كـل شئ، وهو مانح النـطفة القــدر
على الإخصاب

وبالـتـــــالى تكويـن الجنـين، وعلى ذلـك، فليــس علينـا إلا الأخــــذ با
أسبــاب من حيث الانتظام فى العــلاقة وتخيـر الفترة التـى يكون فيهـا الاحتم
ل كبيــراً لحدوث الحمل، ولكن لنسـتـعين أولا وأخيرا بالدعـاء أن يوفقنا ويم
حنا ولا يمنع رزقه عنا، فإنه سميع قريب مجيب الدعوات.

رجو المعذرة فى سؤالى، ولكنه سؤال محيرنى، وهو: ما هو الوضع الشرعى ل
جماع مع الزوجة؟ وهل بعض الممارسات مثل الجنس الفموى (
الذى يمارس بالفم) حـرام أم هو جائز؟! أرجو إفادتى حتـى تتضح الأمور. ج
اكم الله عنا كل الخير وشكراً،،، ارجو الا تختلط الأمور عل
قرائنا وأحبائنا من حيث الخلط بين القدرة على عرض وإطلاق الحكم العلمى أو الحك
الدينى، وخاصة فى الأشياء التى عليها خلاف وحدث فيها جدل حول حلها أو
حـرمتــها. . ومـنها الجنس بالفــم أو الجنس الفمــوى، فـأنا لـست أهلا للف
وى، ودائما ما استـحضر قول الرسول ﷺ: "أجرؤكم على الـفتوى أجرؤكم

على النار"، ولفضيلة الشيخ يوسف القرضاوى آراء فى هذا الشأن، ولكثير من فقهاء المسلمين أيضا، فلتبحث يا صديقى عن هذه الفتاوى وتلك الآراء التى عرضها العلماء الذين نحسبهم على خير دائما.. و.. "اسألوا أهل الذكر إن كنتم لا تعلمون".

أنا شابة فى العشـرين من عمرى، متزوجـة حديثاً، وزوجى يطلب منى فعل شئ مـعين لإرضائه وفى أكثـر من مرة كان يقذف فى فـمى، فهل هذا الشئ سوف يجلب لى الأمراض أم أنه أمر عادى؟

إن هذا السؤال خـاص بما يسـمى "بالجنس الفمـوى" والذى أثار حوله بلبلة كثيرة حال طرحه للمناقشة، حيث أنه شئ مـستحدث نتيجة انتشار ظاهرة الدش (القنوات الفضـائية)، والانترنت، ووصـول هذه المسـتحدثات إلى كل مكان وعدم اقـتصارها على أمـاكن محددة كـما كان الحـال فى أول أمر هذه الظواهر.. ومما لا شك فيه أن هذه المعلومات المستقاة من مختلف المصادر ساهمت فى تغيير شكل العلاقات الجنسية، وطريقة الأداء فيها، وبالتالى طرق الإثارة والاستـثارة لكلا الـطرفين، أى أن ذلك قـد تسبب فى تغـيير الـقوالب الجنسية، أو - إذا جاز التعبير - عـمل بعض التعديلات فيها، وكل ذلك طلبا لمستوى أعلى وأفضل من المتعة الجنسية، وأيضا للإمعان فى كسر الملل الذى قد يتسرب من التمسك بالجزء الوظيـفى للأداء الجنسى دون التغليف المتجـد فى التنويع فى مقدمات العلاقة الحميمة، ومن هذه الأشياء، بل ربما أشهرها على الإطلاق هو ذلك "الجنس الفـموى"، والذى هو ممـتع ومطلوب عند كثير من الرجال على وجه الخـصوص، وأيضا عند بعض النساء، ولهذا سبب علمى من حيث حساسـية النهايات العصبية فى المنطقة الجنسـية لأنواع معينة من الأحاسـيس والتى من شأنها بعث إشـارات عصبيـة كثيرة، مـما ينتج عنه انفعال حسي كبير، وتلك هى المتعة التى يشعر بها الرجال، والذى يصر عليها

أحيانا كثيرة ويسعى إلى تعويد زوجـته على الأداء الذى يفرز هذه المتعة، كما هو الحال مـعك فى تجربتك تلك مع زوجك. ولهـذا الشئ وجهـان، الوجه الأول هو الوجـه الدينى، وكـون هذه الأفعـال حـرام أم حـلال، ممـا يؤرق الكثيـرين، ويمنعهم أحـيانا من أدائها، وأحـيانا ما تغـضب الأطراف الأخرى للعـلاقة (الأزواج فى حـالة النـساء أو الزوجـات فى حالة الرجـال)، وفى هذا أقول كـما أقول دائما أننى لست أهلا للفـتوى، ولكن لفضـيلة الشيخ يوسف القرضاوى رأى فى ذلك، فيـمكن الرجوع إليه بسهولة، أما من الناحـية الطبية العلميـة والطبية (الوجه الآخـر لهذا النوع من المتـعة)، فمن السـهل اسـتنتاج وجود أضـرار لذلك من عدمـه بيســاطه لأن العناصر المكونة للســائل المنوى (المنى) وأيضا للمذى (وهـو السـائل الشفاف الذى يفرز حـال الإثارة الجنـسية) عند كلا الجنـسين معروف للجميع، وهو عبارة عن نسـب متفاوتة من النشويات والسـكريات وبعض أنواع الدهون والبـروتينات، وعلى ذلك فهو غيـر ضار من الناحية الصحية، لخلوه من المكونـات التى قد تؤثر سلبا على صحة الإنسـان. وأخيـراً فإننى أحب أن أبارك زواجك يا عروسـنـا الجميلة، ونقـول لك الدعاء المأثور عن الـرسول ﷺ: "بارك الله لكما وبارك عـليكما وجمع بيـنكما فى خير".

✉ أنا شاب أبلغ ٢٢ عـاما، كنت أمارس العـادة السرية لفتـرة سنتين وأقلعت عنها بحمـد الله.. المشكلة الآن أننى أعانى من كثـرة الاحتلام بشكل يومى تقريباً ، مما يسبب لى الإحراج فى المنزل وهل فى هذا خطر؟

✍ ✍ ✍

أيها الشاب والصديق العزيز،،،

بارك الله فيك ولك فى شبابـك وفى صحتك، واسمح لى أن أرسل لك بتحية خاصة لنجاحك فى استـثمار طاقتك وقوتك فى تجنيد إرادتك لما يجب أن يكون، ولتصحيح أوضاع قد رأيت أنت أنها خاطئة، ولم تضعف أمام هوى نفسك، تلك النفس التى كثيـراً ما تأمر بالسوء وكثيرا أيضا مـا يضعف الجسد أمامها، ولكن هأنتـذا من النماذج التى نفخر بها وبوجودهـا ضمن أصدقائنا، والذين نحـرص أن يتـأسى بهم الآخـرون، فـهنيـئـا لك يا صـديقى بإرادتك الإيجابية الصلبـة التى نغبطك عليها وندعو الآخـرين من أمثالك أن تكون لهم مثلا وقدوة.

أما عـما تشكـو منه من كثـرة الاحتـلام فهذا نتـاج طبيـعى للانخـفاض المفاجئ لمعدل تشغيل الغدد والأنسجة الموجودة فى الأعضاء الجنسية، والتى تعودت لفـترة على سرعـة الاستجـابة للمثيـرات الحسيـة، وأيضا على زيادة معدلات الدورة الدموية لديها، وبما أن هذه الوظيفة توقفت بالطريقة الإرادية، فهى مستـمرة بالطريقة اللاإرادية، ألا وهى الاحتلام.. وكمـا نرى فهى ليست علامة سيئـة، ولا هى علامة جيدة، أى أنها مجرد عملية فـسيولوجية إن دلت

على شئ فـإنها تدل على أنك شـاب صحـيح، فى كامل فـحولتك وطاقـتك الجنسيـتين، ولذلك فـإن إفراز هرمون الذكـورة (وهو المســئول عن كل هذه الأشياء) لديك زائد جداً، وهو شئ طبيعى بالـنسبة لسنك، مما يجعل إثارتك أيضا عالية وزائدة وسهلة، مما تكون بمثـابة شحن زائد أثناء فترة استيقاظك، ممـا يستلزم التـفريغ أثناء النوم فى بعض الأحـيان، ويكون مـعدل ذلك زائدا أحيانا - كما هو الحال بالنسبة لك -.

ولأطمـئنك يا صديقى العـزيز، فإن هـذه المرحلة هى بإذن الله مـرحلة مؤقتة حتى تعـود الأمور على نصابها الطبيعى وتعود الغدد والأنـسجة الجنسية إلى نشاطها الطبـيعى ومعدلها العادى. بدلا من هذه المـعدلات العالية للأداء الناتجة عـن برمجة المخ لفـترة طويلة على التـتابع السـريع للعادة الجنسـية، ولكنها مسألة وقت حـتى يعود كل شئ إلى المعدل الطبيعى مـما سيزيل عنك الحرج الذى تشـعر به فى المنزل من جـراء ذلك، كمـا يزيل عنك قلقك من المستقبل إن شاء الله...

أنا زوج عمرى ٢٤ سنة، ولكنى مصاب بسرعة قذف بطريقة غير طبيعية، مما يسبب لى مشكلة يصعب حلها، وذلك يجعلنى أمارس الجماع مع زوجتى أكثر من مرة حتى أشعر بلذة الجماع، فهل أجد شيئا يعطينى الفترة المناسبة؟!

تحيتى لك أيها الزوج الشاب، ومباركتى لزواجك السعيد بإذن الله.. أما عن العرض الذى تشكو منه وهو سرعة القذف، فإننى أريد أن أطمئنك أنك لست الوحيد بهذه الشكوى، فإنها شكوى شبه عامة، وتشير الإحصاءات العالمية إلى أن حوالى ٨٥٪ من الرجال لديهم هذه الشكوى، وذلك يكون غالبا بسبب برمجة الجهاز العصبى على أداء العلاقة (طول الدورة الجنسية) فى وقت قصير، ربما بسبب القيام بالعادة السرية حال المراهقة قبل الزواج، وربما لأسباب أخرى.. ولكن هناك مخرج من هذا العرض، وهو فى المقام الأول بالتمارين التى يتم وصفها بمعدلها وطريقتها لكل رجل يشكو هذا العرض حسب ظروفه الشخصية من حيث السن والحالة الصحية وزمن بداية ظهور العرض، وأيضا معدل قيامه بالممارسة الجنسية، ومدى مشاركة زوجته وتفاعلها معه.. ويستغرق العلاج حوالى الـ ٦ أسابيع تكون بعدها إنسانا طبيعيا بفضل الله.

د. هبة قطب

للكبار فقط

أسئلة وأجوبة

3

معلومات متخصصة
في العلاقات الجنسية
من منظور الطب والدين

هلا للنشر والتوزيع

✉ أنا متجـوزة من ٣ سنين، جوزى مش بيـراعى أنا ارتحت ولا لأ، ممكن أفضل شهـرين من غير ما استريح، وممكن ما يقـربش منى لمدة أسبوع أو اثنين، وأحيانا أكثر، وأنا مش عاوزة أستعمل العادة السرية.. أعمل أيه؟!!

✍ ✍ ✍

يا صغيرتى الفاضلة... لقد نبشت جرحا يا سيـدتى ربما غاب عن الكثير من الرجال احـتمال حدوثه أصـلاً، ذلك لأن مجتمـعنا للأسف يتسم بثقـافته الذكورية، التى تجـعل الذكر دائما يأخـذ الحقوق التى ربمـا تكون ليست له، وتجعل الأنـثى دائما ساعـية وراء إجـابته لهـذه الحقوق، وبالتـالى يكون هو مشكوراً إذا أدى أى شيئ وإن كـان واجبا عليه، وتكون هى ملامـة إذا قصرت فى شىء وإن لم يكن ذلك واجبا عليـها، هذا هو الوجه العام لتعـريف ثقافتنا الشرقـية حيـال هذه الأمور، وأقصد الطـريقة التى دأب عليهـا معظم الناس - وليس كلهم بالطبع - والعجـيب أنه ليست هناك مرجـعية يستند عليـها أولئك القائمون بها إلا الإسقاطات الاجتماعية والتراكمات الثقافية، فلا فرقت الأديان بين الذكر والأنثى فى الحقوق والواجـبات وبالطبع ديننا الحنيف الذى هو مثل يحتذى به فى المساواة وفى حقـوق المرأة - ولا العلوم التربوية الحديثة أقرت ذلك وفى الأغلب يا سيدتى العزيزة أن زوجك يفكر من هذا المنطلق الأنانى، ألا وهو متعـته ثم متعتـه، وبالطبع تكون متعتـه نابعة من احتياجـاته كشخص وكرجل بغض النظر عن احـتياجاتك أنت كامـرأة وكزوجة، ولأولئك الأزواج أقـول: "لم الزواج إذن؟" فـإذا كـان الأمر فى أولـه وآخره هو احـتـيـاجك الشخصى فلـم شرع الله الزواج إذن؟ إن العلاقة الزوجيـة ثنائية الأطراف بكل

مشتملاتهـا ومحتوياتها، وبالطبع فإن أهم هذه المشتـملات وتلك المحتويات هى العلاقة الجنسـية الحميمة، ذلك بأن احتياجات كل طرف تختلف نوعاً عن احتياجات الطرف الآخر بحكم الخلقة والفـطرة، ولكنها فى النهاية احتياجات تكاملية.إذا ما تـحققت للطرفين اكتـملت السعادة الحسيـة والنفسية لكليـهما، وانعكس ذلك على بقية الجوانب الحياتية، مـما يفرز رصيدا نفـيا لكل طرف لدى الآخر، مما يزيد فى مكانته وقيمته المعنوية.

ولا أدرى لماذا استـشف يا سيدتى من لهجتك أنك لم تفـاتحيه فى هذه الأشياء التى تؤرقك أبدا، فلماذا عدم المصارحة يا سيدتى ولمصلحة من؟ فإن أقصر الطرق بين النقطتـين هو الخط المستقيم، ولا أحد يشـاركما يا سيدتى فى هذه العلاقة، كما أن الحل لا يقع إلا باطلاع كليكما على المشكلة والرغبة من كليكما أيضا فى حلها، حيث أن حلها هو شئ إيجابى لا يعود بالخير على أحد سـواكمـا، فلابد له يا سيـدتى أن يعلم بهذا الأمـر بشكل هادئ وسلس منك، كما لابد أن يعلم مـدى أهمية أمر كهذا بالنسـبة لك، فإن ذلك حق قد كفله الله لك قبل العلم والقانون. وربما أن تصرفه هذا إنما هو نابع عن جهل بالشئ وليس عن إساءة أو رغبة فى الانتـقاص منك أو من حقوقك، وفى هذه الحالة يكون الحل أكثر سهولة وهو يكون عن طريق إعلامه وإخباره بما يجهل عن الشئ وتزويده ببعض الثـقافة الجنسـيـة التى تفتقر ثقـافته إليهـا، وادعيه يا سيدتى لقراءة سلسلة المقالات السابقة، فستتضح الصورة له بشكل أكبر ونرجو الله أن تكون له هذه المقالات خير دليل فى طريق الحياة الزوجية.

ودعيـنى يا سيـدتى أختم ردى عليك ببـعض الكلمات التـى أوجههـا له

قائلة: يا سيدى.. كيف تصبح حرا فى تحديد المعدل أو الطريقة التى تسعدك أو تحقق لك الرضا النفسي؟ فبــحدوث الزواج، أصبح لك شريك فى العلاقة له نصيب النصف فــيها: وعلى ذلك فله أن يشــترك فى جميع القــرارات بهذا الشأن. كما أن له الموافقة على جميع التحفظات التى تحب القيام بها حيالها، كــما أن له الحق أيضــاً فى إجــراء أى تعديل على الطريــقة التى تتم بهــا هذه العلاقــة، وبالطبع فإن لك نفس الحقــوق بالتــساوى تمــاماً.. فاسع يا ســيدى لسعادة جمة تنتظرك إذا ما أرضيت زوجتك فى هذا الشأن، سعادة نفــية ومتعة جسدية دنيوية، وسعــادة أخروية لوقايتها شر الفتن وإشباعهــا نفسيا وجسدياً. وفقكما الله وكتب لكما حياة زوجية سعيدة ومديدة بإذنه تعالى.

أشعـر بأن هناك خصية أكـبر من الأخرى، فـهل هذا عيب؟ وهل يؤدي ذلك إلى ضرر ما عند الزواج؟

ليـس هناك شـيئ فى أن تكون خصـية أكـبر من الأخرى، طالـما أنك لا تشكو فـيها عـيب، مثل الاحـمرار، أو الالتـهاب أو الألم، وطالمـا أن فرق الحجم صغير وغير ملحوظ كما فهمت من رسالتك.. وليس هناك أدنى ضرر من هذا العرض عند الزواج، فطالما أن الانتصـاب والقذف على خير ما يرام، فأنت سليم تمامـا وفى كامل فحولتك وقدرتك الجـنـسية وإن كنت تريد زيادة التأكد لكى يطمئن قلبك فلتقـوم بإجراء تحليل للسـائل المنوى للتأكد من خلوه من النسبة الزائدة من الخلايا الصـديدية والتى تنم عن وجود عدوى أو التهاب - لا قدر الله - فتـوكل على الله يا صديقى ولا تخف عاقـبة الأمور، وتزوج على بركة الله، رزقك الله زوجة صالحـة، وذرية تقر عينك وعين زوجتك إن شاء رب العالمين.

هل للدورة الشهرية أى تأثير على الطابع الانفعالى للفتاة أثناءها؟ وإذا كان هناك تأثير فما مداه؟ وما طريقة التخلص منه؟

إن تأثير الدورة الشهرية مثلها مثل كل شئ فى جسم الإنسان، يختلف من شخص لآخر، أو بالأحرى من امرأة لأخرى، فهناك بعض النساء اللاتى تصيبهن الدورة الشهرية باحتقان شديد فى الحوض وباحتجاز لكمية كبيرة من المياه والأملاح المعدنية داخل الدورة الدموية، فينعكس ذلك على جميع أعضاء الجسم والتى تصاب بارتشاح أو باحتقان، ومن هذه الأعضاء هو المخ (الجهاز العصبى) الذى يتأثر بهذه الأعراض، فتصاب الفتاة بالتوتر، والعصبية، وقلة القدرة على الاحتمال، حتى وإن كانت حليمة الخلق فى طبيعتها الأولى، كما تصاب أيضا بالخمول والكسل، والميل إلى النعاس والنوم، والشعور الدائم بثقل الرأس والجفون، ولابد أن نضيف إلى هذه الأعراض بالطبع أعراض احتقان الحوض مثل آلام المبايض، وثقل المنطقة التناسلية، والشعور بالآلام أسفل الظهر (بسبب احتقان الرحم الذى يشد بدوره على الرباط الذى يربطه بأسفل سلسلة الظهر.

ويستمر هذا التأثير إلى أن تحدث الدورة الشهرية، فيكون ذلك بمثابة الانفراج الذى يحدث للجهاز الدورى الذى يجد آنذاك منفذا لتصريف ما زاد عليه من كميات غير مرغوب فيها من الأملاح المعدنية والمياه، أما قبل حدوث الدورة الشهرية، فمن المفيد اللجوء إلى بعض الأكلات والمشروبات المدرة للبول، وأشهرها البقدونس وبقية أنواع الخضر الورقية، وأيضا بعض

النباتات التى تغلى لها المياه ثم تترك فى الميــاه لاستخراج مادتها الفعالة (دون أن تغلى مع الميــاه) مثل الشاى الأخضر وحلف البــر، والميراميــة وغيرها. . وإذا تعذر ذلك أو كــان بلا فائدة لبعض النســاء، كان لابد من للجــوء لبعض المستــحضرات الطبية (الأدوية) والتى تســاعد على إدرار البول، ولكن لابد أن يكون ذلك تحت إشــراف الطبيب لتجنــب الأعراض الجانبــية التى قــد تصيب البعض من جراء استخدامها.

السلام عليكم ورحـمة الله .. إن الله لا يسـتحى من الحق. هكذا تعلمنا من السنة المطهـرة.. أنا شاب متـزوج وسعيد مع رفـيقة عـمرى ولكنى عند العلاقة الحمـيمة أنتهى من القذف بسرعة وألاحظ أن زوجتـى غير راضية لكن حياءها يمنعها من الحديث فى ذلك.. فماذا أفعل؟ وجزاكم الله خيرا..

هذه الحـالة التى تعـانى منها يا سـيـدى الصديق الـفاضل هى العـرض المســمى بـ "سرعـة القذف" وهى عـرض موجود لدى الـغالبيـة العظمى من الرجـال بحيث قـاربت ما يشـبه الظاهرة، وهى لهـا جذور باقـية من مـرحلة ممارسـة العادة السرية قـبل الزواج بسبب عدم الارتياح والهـدوء النفسى أثناء ممارسـتها، مما يرسب برمجـة معينة للمخ بحيث تتم الدورة الجنسيـة بسرعة حتى تنـتهى فى ذات الوقت حالـة التوتر والقلق الذى يشـعر بها الـشاب أثناء الممارســة، فيكون ذلك بمثابة البصمـة التى تطبع على منطقة الحس الجنـسى لدى الجهاز العـصبى للشاب، وتـستمر هذه البـصمة فى أحيان كثيـرة لما بعد الزواج، فتنتهى الأعـراض فى بعض منهم بسبب الانتظام فى العلاقـة الجنـسية مع الزوجة، وتـستمر الحالة كمـا هى فى البعض الآخر، وهذه هى حالتك كما أعتقد، وهنا أريد الإشارة إلى نقطتين:

أولا: شعـورك بالحرج حيـال هذه الحالة ممـا يصيبك بالشـعور بالذنب تجاه زوجـتك - بارك الله لك فيها - وأنا أشـفق عليك حقا من هذا الشـعور حيث أن سرعة القـذف هى مجرد عرض وليست مرضـاً وهى لها مخرج بإذن الله كما سأشير لاحقاً.

ثانيا: لقد أشرت أن حياء زوجـتك ربما يكون حائلا دونها والإيضاح عن شئ يضايقها فى علاقتها الحـميمة منك، كما تستنتج أنت؛ أى أنه شئ مرجح وغير مؤكد، وكل هذه الاستنتاجـات والأفكار والترجيحات موجودة فى ذهنك لسبب بسيط جدا وهو عدم وجود الحوار الصريح بينك وبين زوجتك ووجود الحرج كحاجز بينك وبينها فيما يختص بهذه الأمور، فى حين أن ليس للحياء شأن بهـذا الموضوع، فـهذه العـلاقة تحديدا هى شـركة مناصـفة بين الزوج والزوجة، ولكليهمـا الحق فى إبداء الرأى فيها، بل والتعديل فـيها، بل أيضا الشكوى مما يسـوؤها إن وجد والغرض أولاً وأخيرا يكون المـصلحة الأسرية العامة، وعلى صعيد العلاقة الحـميمة بشكل خاص، والتى هى عصب الحياة الزوجية.

أما بالنسبة للنقطة الأولى يا صديـقنا العزيز، فإن الخلاص منها يكون عن طريق بعض التمارين بمعـدل معين وبطرق معينة حسب الكثير من المعطيات مثل السن والحـالة الصحية العامـة، ومدى انتظام العلاقة الجنسـية بينك وبين زوجتك، ويكون ذلك بالطبع بعد استبعاد الأسـباب العضوية لهذه الحالة، أما الحالات الناتجة عن أسباب وظيفية - مثل حـالتك كما أعتقد - فهى تستجيب لهذه النوعية من التمرينات فى خلال مدة تتراوح بين ٤ و ٦ أسابيع بإذن الله.

وبالنسبـة للنقطة الثانية وهى مسـألة الحياء الذى تتسم به زوجتك، وهو بالطبع شـعبة من شـعب الإيمان، أمـا أن يكون موجـودا بينكما وخـاصة فى الأمور التى تختص بهـذه العلاقة الحميـمة التى لا تخص سواكما فهـذا حياء مذموم وغيـر مقبول ولا ينصح به إطلاقاً، وللتصدى له يـا صديقى فلتبدأ أنت

بفتح الحوار من هذا النوع مع زوجتك الحبيبة، ولتضفى شيئا من التطبيع على الحديث فى هذه الأمور، ولتحادثها وتسمع منها وتشجعها على الإشارة إلى ما تحسه، وما لا تحسه حيالها. وفقكما الله وبارك لكما فى حياتكما وكتب لكما سعادة الدنيا والآخرة..

✉ أريد أن أعرف كيف يمكن التميز بين الفتاة الطبيعية والفتاة التى أجريت لها العملية؟

✍ ✍ ✍

أعتقد من صيغة السؤال أن السائل يقصد عملية ترقيع غشاء البكارة، ولك أقول يا صديقى أن من الخطير جداً أن تهتز صورة جميع الفتيات فى نظر الشباب بسبب قلة منحرفة موجودة فى كل الفئات الإنسانية والسنية والجنسية، أى أن الانحراف الأخلاقى ليس له مريدين معنيين، ولكنه موجود فى كل الفئات، ولكن بفضل الله أنها ليست النسبة العظمى، ونفس الشئ بالنسبة للفتيات، ولقد وضع لنا ديننا الحنيف محاور اختيار شريك أو شريكة الحياة على لسان نبيه الحبيب المصطفى صلى الله عليه وسلم فى أكثر من حديث صحيح، وفى أكثر من صيغة وأكثر من موضع، ولذلك فالخطوة التى تتحدث أنت عنها تأتى متأخرة نوعا، ويجب أن تسبقها خطوات عدة فى سبيل الارتباط بالزواج، ليس أن ننتظر حتى يحدث الزواج بالفعل ويأتى يوم الزفاف ثم نحتاج آنذاك للتفريق بين الفتاة السليمة أو الطبيعية على حد تعبيرك - والفتاة التى أجريت لها عملية الترقيع، فأنا لا أتخيل أن هناك "عريس" فى ليلة زفافه يحاول فحص زوجته ليختبر عذريتها وما إذا كانت هذه العذرية طبيعية أم صناعية (بعملية الترقيع)، ألم تفكر فى وقع ذلك على "العروس" التى تنتظر هذه الليلة طيلة عمرها؟! أم عساك تفكر فى طريقة لا تنتبه إليها الفتاة؛ عموماً يا صديقى السائل فإن ذلك غير ممكن إلا عن طريق الفحص الطبى النسائى عن طريق طبيب متخصص، فاتق الله فى نفسك يا صديقى ولا تستسلم لهذه

الهواجس، وخذ بالأســباب واقصد الفتاة ذات الـخلق والدين؛ فهى ذاتها ربة الصون والعفاف، فالفتاة بهذه المواصفات هى الجديرة بالاختيار، وهى الزوجة الفاضلة التى تكون لك خير متاع الدنيا بإذن الله، وتكون لك فى الآخرة سنداً وربما سبباً لدخول الجنة، فتفوز بسعادة الدنيا والآخرة.

⭘ ⭘ ⭘ ⭘

هل القذف خارج المهبل فيه مشكلة؟ وذلك لتلافى حدوث حمل؟

إن هذا السـؤال وإن بدا سؤالا صـغـيرا، ولكنه حـقـيقـة سؤال مـركب ويختلف باختلاف الكثير والكثير من الخلفـيات، فبالنسبة للرجل مضاره قليلة جداً - إن وجـدت أصلا - وهـى تنحصـر فى كون الرجل يكون دائمـا على درجة من الـتركيـز أثناء اللقاء الزوجى الـحميم حـتى لا يتم القذف داخـليا، وبالتالى يتنافى ذلك مع التلقائية التى من المستحسن أن تكسو اللقاء الجنسي، أما بالنسبة للمرأة فالموضوع يختـلف جملة وتفصيلا، فإن المرأة إذا كانت قد وصلت للشبق أثناء اللقاء الجنسى عن الطريق الخارجى، فالخسائر أقل كثيرا، أما إذا كان اعتـمادها على الشبق الداخلى، فهى قطعا تعـانى، حيث أن الفترة الزمنية التى تحتاج إليها المرأة للـوصول إلى ذروة المتعة تزيد على الفترة التى يحتـاجها الرجل حـتى الوصول لمرحلة القـذف، وهى بذلك تكون فى أعلى المرحلة الثانية من الدورة الجنسية، وهو يكون قد انتهى، وبذلك تكون النهاية بالنسبة له هى القذف والإحـساس بالرضا والإشباع، أما بالنسبـة لها، فيرسب ذلك عندها الإحساس بالاحتقان فى المنطقة التناسلية فى الحوض، مما يسبب أحياناً آلام فى أسفل الظهر، وثقل فى النزيف أثناء الدورة الشهرية، هذا فضلا عن عدم الإحـساس بالإشـباع الجنسى من الجـماع ممـا ينعكس عليهـا بسوء الحالة المزاجية والنفور مـن العلاقة الحميمة شيئا فشـيئا.. فاعمل على رضا زوجتك وكمـال إشباعها يا سـيدى قبل اللجوء لهذه الطريـقة لمنع الحمل.. وفقكما الله وأسعدكما ببعضكما البعض.

أنا مقبلة على الزواج وأخشى من العلاقة الحميمة فى ليلة الزفاف والآلام المترتبة عليها.. فما الواجب على فى هذه الليلة؟ وكيف أرضى الله عز وجل، وزوجى ونفسى فى هذا اليوم، وشكراً...

أولا ويا صديقتى الغالية أحب أن أكون أول من يبارك زواجك وأدعو لك بالسعادة وهدوء السريرة مع زوجك إن شاء الله.

ثانيا: بالنسبة لسؤالك يا عزيزتى فهذه فرصة طيبة لتوضيح بعض النقاط التى كثيرا ما تكون خافية على الكثيرات من الفتيات مثيلاتك، أو تكون مستبدلة بمعلومات خاطئة تعاكس تماما الحقيقة وواقع الأمور.

وسأبدأ بالحديث عن كلمة أشرت إليها فى سؤالك وهى "الآلام المترتبة على العلاقة الحميمة فى ليلة الزفاف"، لقد سردت هذه المسألة وكأنها حقيقة واقعة لا تحتمل إلا أن تكون موجودة، ولكن هذه المعلومة غير صحيحة يا فتاتى، فإن العلاقة الحميمة هى علاقة رومانسية فى المقام الأول، وهو تتويج لمزيج من المودة والرحمة، وأيضا الحب والرغبة، فماذا أحسن من أن يكون الناتج هذا التتويج الحلال الطيب الذى أسماه رسولنا الكريم ﷺ بنصف الدين!! فإن العلاقة الحميمة فى ليلة الزواج ليست عقابا للفتيات كما تظن بعضهن، ولكنها مجرد بداية للتفعيل لوظيفة لم تكن موجودة من قبل، فلابد أن تحدث بعض التغيرات الفسيولوجية فى الأنسجة المرنة الموجودة فى المنطقة التناسلية، ولكنها أبدا لا تصل لحد الآلام التى تظنين وجودها وحتمية حدوثها.. ولكن أعود فأقول أن السبب فى هذه الاعتقادات هى تلك الإسقاطات الثقافية والاجتماعية والتى تفرض على هذه العلاقة (وخاصة فى

مراتها الأولى) هذا الـوجه القبيح بالرغم من كونه غـير حقيـقى، وعامل آخر يضاف إلى ذلك، وهى تلك الثقافة الشعبـية الراسخة، وهى ثقافة الخوف من الحسد، فمـا من عروس تكون قد مرت بعلاقة سلمـية وسوية فى هذه الليلة، وتفصح عن ذلك، ولكن، انبثاقا من هـذه الثقافة، لا يـمكن أن تفصح هذه الفـتاة عن هذه التـجربة الإيجـابية، وإن أرادت هى الإفـصاح منعـتهـا أمهـا والمقربون منها.

ونتيجة لذلك، يرسخ فى ذهن جميع الفتيات أن العلاقة الحميمة فى ليلة الزفاف عبارة عن عقبة يصعب بل من المستـحيل تخطيها، أما الحقيقة فليـست كذلك إطلاقا، بل هى العكس على طول الخط..

وهنا نحـتاج لبـعض المرجـعية الفـسيولوجيـة والطبيـة والتى أتمنى أن تستـفيدى منهـا أنت ومـثيـلاتك من الفتـيـات اللاتى يوشكن على الزواج، ولتوضـيح ما كان دائما خـافيا عنكن، فـإن عضو التناسل الأنثوى عـبارة عن أنسجـة انتصـابية خـارجيـة وقناة تناسلية داخلـية ذات مدخل خـارجى، هذا المدخل يبلغ قطره فى الفـتاة البكر حوالى ٤ مم، ولكن حـول هذا المدخل، فى الجلد المحـيط به ودونه قليلا يوجد الكثـير والكثيـر من النسيج المطاطى المرن، وإذا أردنا تقريب الفكرة للأذهان، فلتصور قطعـة قماش مستديرة، ثم تدكيك الكثير من أدوار الأستك فيها حتى يتراءى للذى يراها أنها لا تصلح أن تتسع لاستيعاب شىء يزيد حجمـه على حجمها، ولكن بعد مناظرة فكرة قدرة هذا الأستك (والممثل بالنسيج المـرن فى جسم الإنسـان) على الاتسـاع، تصبح الفكرة أقرب إلى الفهم والاستيعاب من ذى قبل..

إذن أين توجـد المشكلة؟! المـشكلة هى نفس المشكلة التـى تواجه أى

شخص بدأ فى ممارسة الرياضة (مـثلا) بعد سنوات من عدم النشاط الرياضى فتحتاج الأنسجة العضلية آنذاك إلى بعض الوقت لتخطى هذه المرحلة الانتقالية من الشعور غير المألوف الذى أصاب هذه العضلات. . .

أما عن السبـيل الذى يجب عليك اتباعه لإرضاء ربـك وزوجك يا فتاتى العزيزة فـهو ينقـسم إلى سبيليـن؛ أحدهما روحـانى، والذى يتمـثل فى اتباع السنة الشريفة فى استهلال الحيـاة الزوجية، وهى الصلاة والدعاء كما ورد عن الرسول (ص)، أما السبيل الآخر فهو علمى، ألا وهو الأخذ بالأسباب العلمية فى مسـألة العلاقـة الحمـيمة، مـثل إزالة الرهبة من العـلاقة، وزيادة فـترات المداعبة النفسية والجسدية بين الأزواج، بحيث يحدث التقديم الكافى للمراكز الحسـية والغـدد الجنسيـة لضمـان الأداء الحسن، والذى يؤمن قـياماً سـلساً بالعلاقة الحميمة خالياً من الآلام أو معاناة.

أما ما أود أن أختـم به نصيحتى لك يا فـتاتى العزيزة وعروسي الـجميلة فهى أنك يجب أن تقبلى على الـعلاقة الحميمـة ولا تدبرى ولا تنفرى فتكون النتيـجة سلبـية ومـزدراة، على عكس ما تعـتقـده بعض الفتيـات من أن هذه التـصرفات تـزيدها "علاوة" عند زوجـها، على العكس يا فـتاتى، فـإن هذه العلاقـة هى علاقة زوجـية، أى علاقة ثنائيـة، أى أن مشاركـة المرأة والرجل تكون بنـسب متـساوية من حيث الحق والواجب، فاسـتمسكى بحقك فـيها يا فتـاتى، واعلمى أن الحق الذى منحه الـله إياك لا يجب أن تهمليـه، فإن فى إعطائك هذا الحق قطعاً حكـمة أكبر منى ومنك، فـهو خالقك وخالق جـميع المخلوقات، وهو الأعلم بهم وبما يفيدهم فحـببه إليهم، وما يسوءهم فمنعهم منه، فهو نعم المولى ونعم النصير.

صديقى يمـارس العادة السرية، وهو يريد دخول إحـدى الكليات العسكرية، فهل يستطيع الطبيب الذى سيوقع الكشف الطبى عليه كشف ذلك؟ وهل إذا توقف عن هذه العادة الآن سيظهر ذلك أيضا؟ ولكم جزيل الشكر...

أولا: اسمح لى يا صديقى أن أحييك عـلى اهتمامك بأمر صديقك - إذا كانت الشكوى لصديقك فعلاً -

ثانيـا: إن التأثيرات الـسلبية لـلعادة السريـة، والتى هى عبـارة عن: إما الترهل فى الأنسجة الانتصابية، أو سرعة القذف أو كلاهما، لا تظهر إلا حال حدوث الانتصاب فى أثناء القـيام بالوظيفة الجنسية الفعلية، إمـا بالجماع بعد الزواج بالطبع - أو أثناء القيـام بالعادة الـسرية، أما عن الكشف الـطبى فهو لا يشمل الكشف عـن حالة الأنسجـة الانتصابيـة أو عن وجود العرض المـسمى بسرعة القذف مـن عدمه، أما عن توقفه - هو أو غيـره - عن العادة الـسرية، فإن فى ذلك بالطبع فـائدة له، لادخار فحـولته لحين الحـاجة الحقـيقيـة لها بالزواج إن شاء الله...

وأخيـراً فلك نصيـحتى بمراجعـة الموضوعـات الـسابقـة فى بابنا هذا، والخاصة بالعادة الـسرية، فإن فيها المعلومات الكاملـة والكافية، التى تنفعك وتنفع صديقك، وتنفع أمثالك من الشبـاب وخاصة الذين وقعوا فى إدمان هذه العادة دون الالتفات إلى ما ستـجره عليهم من تأثيرات، فيكون الندم حيث لا ينفع الندم.. وفقك الـله يا صديقى ووفق صديقك إلى مـا فيه صـالح الأمور ولك منى التحية مرة أخرى..

✉ هل مـلامسة القـضيب لفتحـة الشرج والمـداعبـة من الدبر أثناء الممارس الجنسية يؤدى لحدوث أية مـشكلات؟ وهل يكون حراماً علما بأنها ملامسة ومداعبة فقط لا إيلاج؟

✍ ✍ ✍

إن لهذا الســؤال شقين، الشق الأول وهو الشق العلمى وأنا سـأجيب عنه بإذن الله، أما الشق الثانى فهو شق دينى، وأنا لسـت أهــلا للفتوى بخصوصه، وليـسأل فى ذلك شـيوخنا الأجلاء، ولكنى أعتـقد أن الفتوى بهـذا الخصوص موجودة على مواقع متعددة فى الانترنت.

أما عن الشق الذى يخصنى، فالإجابة بسـيطة، وهى أنه لا مشاكل إطلاقا من هذا النوع من المداعبة، طالما أن الأعضـاء التناسلية لكلا الزوجين بصحة جيـدة، ولا يوجد منهـما من يحـمل عدوى مـعينة أو التـهاب مـيكروبى أو فيروسى. وعمومـاً فإن الأطباء المتخصصين دائما مـا ينصحون بإجراء فحص دورى للاطمئنان على الحالة الصحية العمـومية، وأيضا فحص موضعى دورى للاطمئنان على الخلو من أى عدوى تناسلية أو جنسـية، وفى هذه الحالة يكون استدراك الأمـور سهلاً وسريعاً، وبالتالى تـسـتقيم العلاقة بكل أنواع المـداعبة التى تحيط بهـا، وتمتع زوجتك وتستـمتع معها، فى حـدود الحلال الطيب، فيـبارك الله فيـها، وتحل السعادة الدنـيوية باستواء العـلاقة، وأيضا الســعادة الأخروية بتحرى الحلال فيها وسبق نية العبادة والاستغناء بالحلال عن الحرام.

فتوكل على الله يا صديـقنا واستفسر من أهل الفتوى عـما يشغلك حتى يصفى ذهنك ويرتاح قلبك ويسـتقيم أمرك بإذن الله. . .

أنا مقبل على الزواج، وأريد أن أعرف ما يجب على القيام به فى ليلة الزفاف، وما آداب الجماع كما فرضها الله عز وجل، وما الطريقة التى أنال بها قلب زوجة المستقبل، وتجعلها دائما تتذكر هذا اليوم بكل سعادة وارتياح... وهل يمكن ممارسة العلاقة الحميمة بعد فض غشاء البكارة مباشرة أم يجب الانتظار حتى يلتئم الجرح؟

صديقنا الشاب العزيز... اسمح لى أن أرسل لك تحية كبيرة لسعيك وراء المعلومة من مصدرها الصحيح، وعدم الاكتفاء بالركض وراء ما يقال هنا وهناك، وما يحكيه الأصدقاء والأقارب من تجارب شخصية، ولنقسم رسالتك إلى الأجزاء التى اشتملت عليها حتى نجيب عن أسئلتك الواحد تلو الآخر:

أما عن آداب الجماع كما فرضها الله عز وجل فهى موجودة فى جميع الكتب الفقهية المتخصصة، والتى من السهل الحصول عليها.

الطريقة التى تملك بها قلب زوجة المستقبل هى الطريقة التى جاءت فى "الكتالوج" الربانى الذى نزل من السماء مباشرة من الخالق العظيم على نبينا الكريم ﷺ والذى لم يكن يتصرف أو ينطق عن الهوى، وإنما وحى وعن خلق عظيم، أما عن هذا الكتالوج فهو القرآن الكريم، الذى هو يشتمل على جميع البروتوكولات الدنيوية، ومن بينها بالطبع بروتوكولات التعاملات الإنسانية وخاصة المعاملات بين الزوجين على المستويين الحياتى والجسدى؛ وأبسطها هى المودة والرحمة، كما نقرأ فى سورة "النور" فى الآية ٢١، أما إذا أردنا ترجمة هذين السلوكين بلغة هذا العصر، فالمودة ستكون الكلام

الجميل والمدح والثـناء والغزل الدائم فيها وتقديرها لما تفـعله ولما تقوم به، أما الرحــمة فـهى عدم تكليفـها بمـا تكره أو بما لا تطيق . بذلك يا سـيدى الشاب العزيز ستربح قلب زوجتك، وستتيح لها فرصة تفريغ عواطفها الأنثوية الغنية فيك، وستكون هى سعيدة بذلك أكثر من سعادتك الشخصية به، فآنذاك وبغريزة الأنثى، ستجد هى سعادتهـا فى إرضائك وفى التفانى لإسعادك. . فلا ترتكب يا صديقـى أخطاء من سبقـوك من الرجال - أو بعضــهم - وأقبل عى زوجتك وأغـرقها بحـبك وحنانك وستكون أنت أول الرابحـين من جراء ذلك بإذن الله . .

عن ليلة الزفاف والسعى إلى أن تـظل سعيدة تستحـضرها أنت وزوجتك بـسعادة طوال حيـاتكما الزوجية السعيدة المـديدة، فلك أن تتحرى رضاها عن سير العـلاقة، ومحاولة الإطالة فى مرحلة المـداعبات مما يساعـد على توفير الاستعـداد النفسى والجسـدى ولا تجعلها تشعـر أن هناك مهمة يجب علـيها فعلهـا، ولا أن تشعر أنها مجـرد أداة لإرضائك، فإن فى هذا جرح لكبـريائها كأنثى تـريد دائما أن تشعـر أنها مـرغوبة ومحـبوبة، وإن تمنعت، فـهى تريد إلحاحاً يضفى علـى شعورها المزيد من الرضا وتحقيق لـها الكبرياء الأنثوى، الذى أكثر ما يرضـيه هو الشعور برغبة الزوج، وهو شعـور عظيم محبب لكل زوجة، وتحب بناء على ذلك الاستزادة الدائمة منه.

أما عن ممارسة العلاقة الحميمة بعد فض غشاء البكارة، فهى من الناحية الطبيـة والصحية لا شـئ فيها إطلاقـاً، ولكن لابد كما قلت من تحـرى رضا زوجـتك عن تكرار المحـاولة فى هذا الوقت، ذلك بـسبب الأفكار الراسخـة

(الخاطئة) عن مسألة فض غشـاء البكارة وأنه "جرح غائر"، ولابد أن يستغرق وقتا لحين عودة الأمور لنصابهـا الطبيعى، وبالمناسبة أريد أن أوضح هنا أيضا بعض النقاط والتى تحمل بين طياتها سلوكيات متبعة بشئ من الإصرار بالرغم من كونها سلوكيات خاطئـة، من هذه الـسلوكيات هى جلوس العروس فى مياه دافئة بعد فـض الغشاء، وهذا سلوك شهير بالرغم من كـونه خاطئ للغاية، إذ أن المياه الدافئـة وسط جيد جدا لنمو الميكروبات الـموجودة بالفعل فى القناة المهبلية، ولكنها تكون غير ضـارة تحت الظروف الطبيعية، وبالتالى فليس من المنطقى أن نوفر لهـا نحن الوسط الذى يزيد من نشاطها ويحولهـا إلى الحالة الضارة، وأحياناً ما يضيف الناصحـون أنه يجب إضافة المطهر إلى هذه المياه الدافئة، وهذا بدوره شئ غـير نافع البتة، حيث أن هذا الـمطهر على الجانب الآخر ربما يقضى على جميع أنواع الـميكروبات الموجودة فى القناة المهبلية، والتى منوط بها أيضـا الحفاظ على الـحالة الصحـية للخلايا المكونة للغـشاء المخاطى للمهـبل وحمايتها من غزو الأنواع الضارة من البكتيـريا والفيروسات والطفيليات.. أما الحل الأمثل لهذه الحالة فهى المياه الجارية بحرارتها العادية (كمـا تنزل من الصنبور البارد) وأخيـرا فدعنى أقدم لك أرق التـهانى بزواجك السعيد بإذن الله وآملين أن تكون ليلة زفـافك من أجمل ليالى حـياتك، لك ولعروسك إن شاء الله.

أنا شاب متزوج وسعيد بحياتى، لكن المشكلة التى أعانى منها أننى عند العلاقة الحميمة تتأخر حالة القذف عندى مما يسبب مللا لدى زوجتى من طول العلاقة.. فما السبب وكيف أعالجه؟!

صديقنا العزيز.. إن ما تشكو منه هو عرض يسمى تأخر القذف، وهو عكس سرعة القذف؛ وفى بعض الحالات تكون الأمور أسوأ حتى أن القذف لا يحدث أصلا، وهذه الحالة تسمى "عدم القذف" Anejaculatory cycle، والسبب فيها يعود أيضا لبعض الخلل البسيط والمحدود فى التوافق العضلى العصبى الذى يحدث فى الدورة الجنسية - راجع الدورة الجنسية - والذى هو خاضع لرد الفعل الجسدى وللمواصفات العصبية التى تفرز نتيجة لإثارة النهايات العصبية الموجودة فى الأعضاء الجنسية، ويستلزم ذلك فى بعض الناس وجود قدر كبير من التركيز، مع قدر مماثل من الاستمتاع الأهم من ذلك هو القدرة على استشعار هذا الاستمتاع والتركيز فى ذلك الإحساس.. وهنا أتذكر أننى استقبلت أحد مرضاى وكان ذلك منذ حوالى الستين، وكانت له ذات الشكوى، وبعد بحث حالته وتحليل المعطيات المحيطة بها اتضح أنه كان مستقلا بأعباء العمل لدرجة أنه كان يستار بسرعة وسهولة نظرا لسنه وحبه لزوجته، ولكنه يفقد تركيزه فى تلقى الأحاسيس المثيرة بعد وقت وجيز، ويتوقع أن الأمور ستحدث بشكل تلقائى وستكتمل الوظيفة الجنسية طالما أن الجانب الميكانيكى فيها يحدث بشكل صحيح.. ربما أن ذلك يحدث بالفعل لدى بعض الناس، ولكن الله سبحانه وتعالى لم يخلق أى إنسان على شاكلة

الآخر، ولذلك فإن تباين الوظائف الفـسيولوجية الحيوية تخـتلف بشكل كبير بين إنسان وآخر، وربما أن هذا هو أحد أسباب حرمة الحديث فى هذه الأشياء وكشـفها بيـن الناس، عودة لموضـوعنا فنقول أننى أوضـحت سلفاً الخلفـية العلمية لمسـألة تأخر القذف (وأحيانا عدم حـدوثه) عند بعض الرجال استناداً لشكواك التى عـرضتهـا فى رسالتك القصـيرة، ولكن يبقى هـناك نقطتان أود الإشارة إليهـما: أولا: أنه من المحتمل أن تكون شكواك فى غيـر محلها، إذا أننى أستشف من حديثك أنك حـديث العهد بالزواج وبالتالى فلم يكن لك أى خبرات جنسيـة فى سابق عهدك، ولذلك قد يتراءى لك أن الوقت المـستغرق فى العلاقـة وقت مبالغ فيـه، ولكنه فى الحقيـقة مدة زمنية طبـيعية للعـلاقة، ولذلك فقد كنت أحتاج بعض التفاصيل الإضافية ليكون ردى أكثر دقة .

ثانيا: أنـك ربما بنيت شكواك على شكوى زوجـتك من الملل من تلك العلاقة التى تدوم طويلاً دون الوصول لآخرها، وهى ذروة اللذة التى لا يرضى الرجل بدونها متـعة، أما بالنسبة لهـا فهى مجرد انتظار لحدث لا يخـصها من قريب ولا من بعيد، وقـد لمست كمتخصصة بعض النقـاط التى أود إيضاحها فى هذا الخصـوص، وهى أن العروس فى أول عهدها بالزواج، وبـسـبب كون العـلاقة دخـيل جديد فى حـياتهـا، فهـى لا تملك أدوات التعـامل مع تلك العلاقة، حيـث أنها بسبب الجهل الجنسـى - لا تعلـم أبعاد العلاقة، ولا كيفية التقاط المتعة منها، وإنى أعتـقد بشدة أن زوجتك من تلك الفئة من الزوجات اللاتى يحصرن أنفـسهن، فى كونهن طرفاً مـستقبلاً لشـهوة أزواجهن، ولـسن عنصراً فاعلاً فى تلك العلاقة "الزوجية، الثنائية" ، لأنها إن كانت ترى الصورة

بوضوح كاف لكانت تحولت من فـئة الشاكيات من طول فترة العـلاقة إلى فئة مغـايرة تمامـاً وهى فئة المـسـتمـتعـات بطول العلاقة مع أزواجـهن، ولكانت اعتبرت نفسها من المحظوظات بهـذه النعمة التى حباها الله بها دون الكثيرات اللاتى لا يكادون يـستمتعن بهذه العلاقة الخـاصة جداً جداً بـسبب سرعة القذف المصـاب بها أزواجهن. . ولكن، سـواء كانت الحـالة هى هذه أو تلك، فإن لطول فتـرة الانتصـاب علاج ببعض التـمارين الخاصـة، والتى تعيـد التوافق العـضلى العصـبى إلى المـستوى المطلوب، وأيضـا هناك جلسـات تثقـيفـية وعلاجية لزوجتك إذا كان أصل المشكلة لديها كما سبق وأوضحت.

⚪⚪⚪⚪

✉ أنا شاب كنـت أمارس العادة السـرية، ولكن الحمـد لله تاب الله علي من ممارسـتها وأنا الآن أراعى الله وأخافه وأحـرص على تكفير الذنوب، ولكن عندى مشكلة، وهى أننى لم أحـتلم أبدا فى حيـاتى، لا قبل أن أمـارس هذه العادة الذميمة ولا بعدها، وقد كـان ذلك الاستعجال منى على هذه النعمة هو أحد أسـباب اتجـاهى إلى العادة السـرية الملعـونة، فقد كنـت أمارس هذه العادة ما يقرب من ٦-٨ سنوات، وخلال هذه الفترة كنت أمارسها بصورة غير بالمرة قد تصل إلى ٦ مرات فى الليلة الواحدة، أى أثناء الليل، هذا غير ما كان بالصباح، السـؤال هل أنا محروم من هذه النعمة (الاحتـلام) إلى الأبد جزاء ما عملت يدى؟ هل هناك علاج طبى؟ وإن وجد فأين هو؟!

أيها الشاب العزيز

إن الاحتلام هو الـقذف الخارجي للحيـوانات المنوية، والذي يحدث في بداية سن المراهقة لأول مرة كعلامـة لاكتمال النمو الجنسي (البلوغ)، هذا هو ما يعرف عن الاحتلام، أما ما لا يعرف عنه فهو التالي:

إن الاحتلام أحيانا ما يحدث دون علم الشاب أن هذا هو الاحتلام، وهذه الحالة منتشرة بين المراهقين الذين لم يبصرهم أحد بطبيعة الاحتلام، وبما هم على وشك مـقابلته من حـدث هو علامـة اكتـمال بلوغـهم وتكليفـهم، وقد شاهدت من الحـالات المشـابهة في عيـادتي وأيضا في الدورات التي أعطيـها للمراهقين، ومن هؤلاء أتذكـر شابا كان في التاسعة عشـرة من عمره وجاءني يشكو من انعدام الاحتلام لديه، وحين وجهته للاهتمام ببعض الأشياء التي هي من مفردات الاحتلام، جاءني بعد فـترة ليست طويلة وقال لي أنه قد حدث له

احتلام بالفعل وأنها ليست المرة الأولى كما كان يعتقد، ولكنه عميق النوم ولم يكن يتذكـر أحلامـه وكان من عادته أن يـبدل ملابسـه الداخلية كل صـباح، ولذلك لم يكن يتنبه لحدوث الاحتلام..

إن من البديهي أن العلاقة بين الاحتلام والعادة السرية هي علاقة عكسية، فإن الأجهزة هي ذاتها التي تعمل هنا وهناك، ولذلك فالمخزون من الهرمونات والغازات السـائلة والوسائط العصبية إما تستنفذ هنا أوهناك.

أما أهم النقاط جميعا فـهي أن هذه الوظائف تحت إمرة الجهاز العصبي، ولذلك فإن تركيـزك الزائد في هذه المسألة قد يكون هو المـانع من حدوثها، وكذلك يحدث أحيانا مع عدم التركيز في الوظيفة الجنسية أساسا.

أما الحل الفيصل في هذه المسألة فهو أن تتوجه إلى طبيب أمراض ذكورة ليطمئنك على الناحية العضوية لديك، وإذا احـتاج الأمر فلتجر بعض التحاليل للسائل المنوي ولإفـرازات البروستاتا، فـإذا كانت نتائج الفحـوص الإكلينيكية والتحاليل الطبية إيجابية ومطمـئنة، فلتنس الموضوع تماما ونهائيا ولا تلق بالا لحدوث الاحتلام من عدمه.

◉◉◉◉

أنا شاب عندى ٢٦ سـنة أعانى أحيـانًا من قذف فى حالـة اليقظة دون انتصاب، أو بانتصاب غير كامل، وغالبًا بعد التبول، كذلك يحدث خروج تلقائى للمذى حين الاستثارة لأى سبب.

السؤال هـو : هل هذا مرض؟ أو عرض الـمرض ؟ حيث أن هـناك واحد أضرنى أنه ممكن يكون مشكلة فى البروستاتا .. أرجو الإفادة وشكراً.

أيها الصديق العزيز .

إنك فى مرحلـة سنية يا صديقنا يـكون فيهـا مسـتـوى الهرمـون أعلى ما يكون، وأقصد بـالطبع الهرمون الجنسـى أو هرمون الذكـورة (التستو سيترون) والمسـئول عن الميل الـجنسى والرغبة الجنسـية سويًا، وهـذا الحال عند كل الشباب، إذن مـاذا يجعل هذا يحدث لك دون غيرك من أمثـالك من الشباب، إنك يا صديقى سريع الاستثارة بحـيث يحدث لك الدورات الجنسية العديدة، والتى تتكون من أربعة مـراحل، لابد أيضًا من وجود مـيثر حسّى، كـما لابد لهذا المثير أن يجد من ينتبه له، بل ويركز معـه، ويتصاعد معه مشاعريًا حتى الوصول للمراحل المـتقدمة من الدورة الجنسية، والتى تشـتمل على القذف؛ وأحيـانًا يتم نفس «السيناريو» ولـكن دون أن تتم الدورة الجنسيـة إلى أخرها، ولكن تتوقف الأمـور آنذاك عند مرحلة الاستثـارة فقط، وهى مرحلة احـتقان شديد للحوض، بما فيـه جميع الأعضاء والغدد الجنسية بما فيـها البروستاتا، فتعـمل البروستاتا بطاقة وعـزم كبيرين أثناء مرحلة الإسـتثارة ولكن دون إزالة لهذا الاحتقان بالقذف فى الكثير من الأحوال، فـتبدأ أعراض احتقان البروستاتا

فى الظهــور، ومنهــا الإفــرازات أو القــذف اللاإرادى، فكمــا عــرضت لك يا صديقى، ما تشكو منه هو عــرض لاحتقان البروستاتــا، ولذلك فيجب الأخذ بالأسبــاب لعــلاج هذه الأعــراض البــسيطة، وذلك بـزيارة أحـد الأطبـاء المتخصصين فى أمراض الذكـورة والتناسل لعمل فحص إكلينيكى وللتأكد من حالة البروســتاتا، وللقيام ببعض التحــاليل الطبية التى تفيد تشــخيص الحالة، حيث يتم وصف العلاج الصحيح للتخلص من تلك الأعراض التى تؤرقك.. وقبل إنهاء إجــابتى لك أود أن أستفيض قليلا فى المــلاحظة التى تعرضت لها بطريقــة عابرة فى أول إجــابتى، وهى مــوجهــة لك لاتقاء تكرار هذه الحــالة ولأمثالك من الشــباب لاتقاء حدوث حالة مشابهــة من الأساس؛ قال الله فى كتابه العزيز: "ولا تتبعوا خطوات الشيطان".. يا أصدقائى، إنها ليــست خطوة واحدة، ولكنها خطوات كثيرة ومتــلاحقة، وأولها.. خطوة واحدة إذا تراجعنا عن القيــام بها، فــزنا على الشيطان وصلحت لنــا دنيانا وآخرتنا، أتعــلمون يا أصدقائى مــا هذه الطاعة التى إذا استمــسكنا بها أنقذنا أنفــسنا وخيــبنا الشيطان فينــا، وتقربنا إلى الله بطاعــتنا فى ذات الوقت.. فلا تــستهــينوا يا أصدقــائى بطاعة "غض البــصر" ولكن اسـبقوا النيــة بالعبــادة لعل الله يظلكم بظله يوم القيامة، فقد وعد سبحانه وتعالى الشباب الذين نشأوا فى طاعة الله بأن يظلهم بظله يوم لا ظل إلا ظله.. فتــابقوا يا أصدقائى الأعزاء لظل الله فليس أقرب للقلب من طاعة تكون هى الطريق لصلاح الدنيا وفردوس الآخرة...

✉ أنا مريض بالتـهاب أعصاب وضـيق فى التنفس وحالتى الصحـية مستقـرة وتحسنت كثيرا، ولكن الأطبـاء نصحونى بعدم بذل مجهـود كبير وأنا مقبل على الزواج، فهل الزواج يؤثر على حالتى الصحية؟ وهل حالتى الصحية تؤثر على أداء واجـبى الزوجى نحـو زوجـتى وأكون مـقـصرا فى أداء واجـبى نحوها علـما بأن الانتصـاب عندى طبيـعى.. ولكن عندما كنت أمـارس العادة السرية كنت أشعر بالتعب الشديد بعدها يستمر لعدة أيام.. فهل ذلك يدل على أننى لا أستطيع أن أشبـع رغبات زوجتى فى المسـتقبل وأكون مقـصرا نحوها؟ وهل ذلك ناتج عن عـدم تناول الغـذاء المنـاسب؟ وإذا كان كـذلك فـمـا هو الغـذاء المناسب والذى يجعل الـشخص يؤدى واجـبه الزوجى؟ هذه الأسـئلة هامة جدا لى وسوف تحدد مستقبلى فى الزواج من عدمه.. فأرجو الرد الشامل الوافى فى أقرب فرصة.. ولكم جزيل الشكر.. المرسل: م.ج.ع سوهاج.

✍ ✍ ✍

صديقنا العزيز. . أنت لم توضح الكثيـر عن سيرتك الذاتية والتى أهم ما يهمنى فـيها هو سنك: ثانيا أنت لم توضح أيضـا التشخيص الدقـيق لحالتك الصحية والسبب فى التهاب الأعصاب وضيق التنفس اللذين تشكو منهما، فإن ذلك يساعد كثيرا فى الإجـابة الدقيقة عن تسـاؤلاتك؛ ولكن دعنى أوضح لك حقيقة علمية هامة. . إن التخصصات الطبية المختلفة متداخلة فى بعض منها، فمثـلا مرض ارتفاع ضغط الدم يعالجـه أساسا طبيب الأمراض البـاطنية ولكنه كمرض يؤثر على العينين والكلى والأوعيـة الدموية والجهاز التنفسى، ولذلك فإن جميع أصحاب هذه التخصـصات من الأطباء لابد لهم أن يتعمقوا فى هذا

المرض ومسبباته وأعراضه والمبادئ الأساسية فى علاجه. . ولذلك يا صديقى فإن أطباءك المعالجين هم الأقدر حالياً على الحكم على هذه الأمور بالرغم من كون ذلك خارجاً عن تخصصهم الدقيق، ولكنى أقول ذلك لأن الانفعالات الجنسية تستوجب عملاً إضافيا من جميع أجهزة الجسم بما فيها الجهازين الدورى والتنفسى، وبالطبع الجهاز العصبى الذى يحكم الإطار العام للدورة الجنسية، بما أن جميع هذه الأجهزة لديك فى حالة إرهاق حاليا، وبما أننى لا أعلم بدقة تشخيص حالتك، فللزملاء الأطباء المتابعين لحالتك الحكم على هذا الأمر برمته، ولهم أيضا تحديد الوقت المناسب لإتمام زواجك مما لا يؤثر على حالتك الصحية سلباً ولا على حقوق زوجتك فى المستقبل القريب بإذن الله لا على المستوى الجسدى فى العلاقة الحميمة بينكما ولا على المستوى النفسى إذا أصبحت حالتك النفسية سيئة مما سينعكس عليها سلباً بالتبعية أما عن مسألة ارتباط الأداء الجنسي والغذاء فأفضل غذاء يمكن أن يفيد الأداء الجنسي ويجعله فى أكمل صورة هو الغذاء المتوازن الذى تكثر فيه الفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة (مثل الخضروات والفواكه الطازجة) والذى تكون فيه العناصر الغذائية الأساسية موجودة بنسب متوازنة مثل البروتين (كمية محدودة) والنشويات (كمية محدودة جدا) والدهون (كمية قليلة جداً)، وأحسن مثال لغذاء كهذا هو الأسماك (ليس نوعاً معينا منها) ومعها السلاطات، ولكن التنويع مطلوب بالطبع شريطة التحقق من عدم زيادة النشويات والدهون. . . وأخيراً يا صديقى ومع أملى فى أن تكون إجابتى قد أراحتك قليلاً، أقدم لك عميق دعائى لك بأن يشفيك الله ويعافيك.

✉ أنا شاب عمرى ٢٢ سنة وفقنى الله فى الامتناع عن العادة السرية، ولكن تبقى لى حبيبات صغيرة تشبه حبات الرمل توجد تحت الجلد فى منطقة الخصيتين وحتى منتصف القضيب، وهى متناثرة بكثرة.. وإنى أتساءل عن ماهيتها وكيفية العلاج لأننى أعرف أن الطبيعى أن يكون الجلد أملساً فى هذه المنطقة .. وجزاكم الله خيرا..

صديقى العزيز.. أنا لست أهلا للفتوى فى هذا الأمر؛ فإنى أحترم التخصص فى كل شئ فتوجه يا صديقى لأقرب طبيب متخصص فى الأمراض الجلدية وسيرشدك إلى الصواب بإذن الله. . ولا أفوت الفرصة لأهنئك على صدق إرادتكم وعمق إصرارك لنجاحك فى الإقلاع عن العادة السرية.

I am diabetic, I am suffering from fast throwing out with almost no erection.. help me..

هذه الرســالة من شاب مصــاب بمرض الســكــر، ويشكو من سرعــة قذف وضــعف شديد في الانتــصــاب لدرجة انعــدامــه تقريبــا.. ويطلب العــون على ذلك.. أي معرفة المزيد من المعلومات..

أيها الشـاب العزيز.. أقول لك بعض الحقائق العلمية التي قد تعينك على استيعاب الأمور: أولا: بالنسبة لمرض السكر فهو مرض مستأنس جدا، أي أنه يمكنه أن يكون رفيق طريق حسن العشرة، ولكن هذا يستلزم الانتظام في أخذ العلاج، والحــرص في الطعام والابتــعاد عن الكميــات الكبيــرة من النشويات والسكريات، أي اتباع نصائح الأطباء الخاصة بكيفية تنظيم العلاج..

ثانيــا: بالنسبــة للطريقة التي يؤثر بهــا مرض الــسكر سلبــاً على مخــتلف أعضــاء الجسم، فهي عن طريق إحداث التهــاب في الأعصاب الطرفية الصغيرة وأيضا التــهاب في الأوعــية الدموية الطــرفية الصــغيرة، أي أن الــذي يتأثر هو التغذية العصبــية والدموية للأعضاء الطرفية والتي تتغــذى على الأوعية الدموية والأعصاب ذات الحجم الصغيــر أو الميكروسكوبي أحياناً. من هذه الأعضاء: أطراف الأصابع، شبكية العــين، بعض الأماكن في الوجه والرأس، وأيضاً.. الأعضــاء التناسلية وخــاصة الذكريــة حيث الحجم الكبــير، والوجــود خارج الجسد، والأوعية الدموية الضيقة، والأعصاب الدقيقة.

ثالثا: لكي يتــسى لهــذه المضاعفات أن تحدث لابد من مــرور فترة زمنية

طويلة منذ بداية الإصـابة بمرض السكر، هذا بالطبـع بالإضافة للعـوامل التى سبق الإشارة إليـها، ولكن هذه المضاعفـات تتلاشى إذا تمت المتابعـة الطبية الدقيقة والمنتظمة، فاسع يا صديقى للعلاج المنتظم الدقيق لتقى نفسك الكثير والكثير من المضاعفات التى نحن فى غنى عنها.

رابعا: إن الأعـراض التى تشكو منها يا صديقى ليس شـرطا أن تكون لها علاقـة بمرض الســكر الذى تعانى منه، بل أننى أشك فـى وجود علاقـة بين الحالتـين أساساً، فـالغالبيـة العظمى من الشبـاب والرجال يعانون من ســرعة القذف، وكلما زادت ســرعة القذف كلما تأثر الانتصــاب، حيث يحل القذف قبل أن يتـــنى للانتصـاب أن يكتمل إلى آخـره. فابدأ يا صــديقى باستــشارة طبيبك الذى يتابع حالتك، ولزيادة اطمئنانك، استـشر طبيبا للأمراض التناسلية وأمراض الذكـورة لاستبـعاد الأسـباب العضــوية لحالتك، فـإذا حدث ذلك، تقلص السـبب إلى سبب وظيـفى وكان علاجه فى هذه الحالة سهـلا ومضموناً عن طريق بعض التمارين التى تخلصك من هذه الحالة بإذن الله.

☒ أنا شاب عندي ٢٧ سنة، أنا كنت بمارس العادة السرية وبحاول أبطلها من فترة بس للأسف ساعات بينزل مني نقط مياه عندما أكح أو أعطس، وبتسبب لي حرج شديد.. هل ده بسببها؟

✍ ✍ ✍

صديقنا العزيز... من الواضح أنك كنت مسرفا بشـدة فى ممارسة العادة السـرية، ولذلك حدث لك هـذا الضعف فى الصـمام الـعضلى الذى يحـيط بقاعدة العضو الذكرى، والذى هو عبـارة عن عضلة دائرية الأنـسجة من شأنها أن تحكم إغـلاق المـجـرى البـولى التناسلى حـينمـا لا تكون هناك حـاجـة لانفراجه، بحيث يبقى البول فى مكانه، وهو المثانة البولية، وأيضا يقى المنى فى مكانه، وهو الحـويصـلات المنوية. . أمـا فى حالـة الإسراف فى العـادة الـسرية، فـيحدث ما يشـبه الالتهاب العـصبى بـسبب كثـرة التعرض للاحتـقان والإرهاق، فتتأثر قدرة العضلة على التـحكم القوى فى إغلاق المجرى البولى التناسلى بشكل سـلبى بالطبع، فتـفـقد هذه الاسـتطاعـة عند التعـرض لأقل المؤثرات مـثل زيادة الضغط داخل منطقـتى البطن والحوض (كمـا هو الحال أثناء الـسعـال أو العطس)، فينتج ما تصـفه من أعراض. . أمـا عن علاج هذه الحالة فهو تمرين معروف باسم Kegel's exercise وهو الاهتمام بتشغيل هذه العضلة لاستعادة قوتها مرة أخرى، مثلها مثل أى عضلة قد ضعفت فى الجسم فتستـعاد قوتها بكثرة تدريبهـا وتشغيلها. . وهذا التمرين هـو عبارة عن إيقاف اندفاع البول أثناء التـبول لأكثر من مرة فى كل تمرين، ويتكرر التـمرين يومياً لفترة تـسمح باستعادة الـقدرة الأولى للعضلة، وتكون النتيـجة هى توقف هذا

العرض الذى تشكو مــنه، ولكن بعد استـبعاد الأسـباب العضــوية لذلك مثل التهاب البــروستاتا أو مجرى البــول أو كليهما، ويتم التأكـد بكل سهولة عند إجراء بـعض التحـاليل الطبيــة والمعــملية للبــول والسـائل المنــوى وإفرازات البروستاتا. .

لقد فهــمت من حديثك يا صديقى أنك لا زلت غيـر قادر على التوقف عن العادة الســرية ، وهنا أقول لك شيئيــن صغيرين، أولهمــا: ماذا تنتظر من مضــاعفات لتـقلع عن هذا الإسراف فيــها؟! وثانيـهما أن تعـود لتقرأ بانتـباه المواضيع الخاصــة بالعادة السرية مما أوردناه فى هذا الباب من قبل، فــستجد فيها ما يفيدك بإذن الله. . .

أنا صديق دائم لبـابكم، وعايز أستـشيركم فى مـوضوع: أنا كنت بمارس الجنس والحـمد لله ربنا هدانى، بس بعد كـده حصل إن فيه حـشرات فى شعر العانة.. ممكن أعرف دى إيه وعلاجها إيه؟

صديقنا الدائم.. هداك الله وغفر لك وعفا عما سلف من خطايا وذنوب، وأدام عليك الطاعة وحسن العبادة بإذن الله. . أما ما حدث لك يا صديقى فهو عـدوى لمرض جلـدى، وهو الإصابة بحـشـرات الشعـر "القـمل". . ومن المفيـد، بل إنه من المفروض استـشارة أحد الزملاء أطبـاء الأمراض الجلدية بخصوص هذا الأمر. . وهنا لا يفوتنى أن أشير إلى أحد سنن الفطرة؛ ألا وهو الاستـحداد؛ والاستحـداد هو حلق العانة؛ أى إزالة الشعـر فى هذه المنطقة؛ ويسن ذلك للذكور والإناث على حـد سواء؛ وقد اتفق معظم الفـقهاء على أن طريقة إزالة شعر العـانة متروكة لكل إنسان ليختـار الطريقة التى تناسبه، ولكن المحـصلة النهائية تكون فى انعدام وجـود الشعر بصفـة دورية؛ ولذلك مردود طبى وسبب علمى، حـيث أن الغدد العرقيـة فى هذه المنطقة تتصف بفـقدان جزء من نسيجها مع العرق؛ أى أن هناك نـسيجا حيا يخرج مع العرق، فيكون عرضة لجميع العمليات الحيـوية والعضوية التى تحدث للنسيج الذى يظل حيا طالمـا بقى جزءاً من الجـسم، وتحول إلى نـسيج ميت بمـجرد انفصـاله عن الجـسم الإنسانى بخـروجه مع العـرق، ولذلك تحـدث له عملية الأكسـدة والتعفن، فتنتج رائحة كريهـة على النفس وربما تصيب الإنسان بالنفور النفسي ولو من نفـسه، ولـذلك سن الرسول ﷺ الاسـتـحداد لمـا له من أثر نفـسى

إيجابى سواء على الجانب النفسى أو على الجـانب العضوى من حيث الوقاية من الأمراض الجلدية مثل الأكزيما والحساسـية والإصابة بحشرات الشعر مثل حالتك فيا سيدى العزيز، جمل توبتك باتباع السنة الشريفة وستصير الأمور إلى الخير إن شاء الله . .

أنا متزوجة منذ فـترة صغيرة، مشكلتى هى أننـى بطول جداً عشان أصل إلى الشعور بالـرضا من مـمارسـتى مـما قـد يجـعل زوجى لا يتحـمل الانتظار كثيرا بدون قذف وأنا أحب الممـارسة كثيرا وهو لا يستطيع على ذلك النحو مع العلم أنه جيد ولكنى شرهة جداً فـماذا أفعل فى نفسى؟ أرجو إفادتى وشكراً..

سيدتى الصغيرة وصديقتى العزيزة..

من الواضح يا عزيزتى أنك وزوجك تجهلان الكثيـر من الحقائق الخاصة بالوظائف الجنسـية لكليكما؛ فبالنسبـة للوقت الطويل الذى تستغرقينه يا سيدتى للوصول إلى ذروة اللذة (الشبق) فهذه هى الـقاعدة فى جميع بنات جنسـك إذا ما قورنت هذه المدة بالمدة التى يستـغرقها الرجل للوصول إلى ذات الدرجة، وهذه الفترة تقـصر شيئا فـشيئا مع تقدم الحيـاة الزوجية بسبب برمجـة الجهاز العصبى على تلقى نوع معـين من المثيرات وهى المثيرات الحسـية والجنسية، وعلى ذلك يكون رد فـعل الجـهـاز العـصـبى أسـرع فى المـرات المـتكررة لاستطاعته التعرف على ماهية الإشارات العصبية منذ اللحظة الأولى لحدوثها، أى أن الجهـاز العصبى يصبح ذا خـبرة - إذا جاز التـعبير - فى التـعرف على المثير الجنسي منذ بدء إرساله إليه، وذلك يسبب زيادة فى سرعة رد الفعل مرة بعد مرة. . أما بالنسبة لعدم استطاعته التمشى مع هذا البطء لديك، فإن ذلك يدل على أحد شـيـئـين، الاحتمـال الأول هو خطأ فى التلقى؛ أى أن زوجك يتلقى هذا التطويل الذى تسـتغرقـه المداعبـة كعبء وواجب ثقيـل يجب عليه

القيام به؛ فى حين أنه يستطيع تلقيه كإضافة لاستمتاعه إذا أحسن برمجة جهازه العصـبى وأحسن تلقى الإشارات العصـبية التى تكون فى هذه الحـالة رد فعل لمداعبة الزوجـة ومشاركتها العلاقة أمـا الاحتمال الثانى: فهو احـتمال إصابة زوجك بسرعـة القذف، وذلك هو الاحـتمـال الأقوى من وجهـة نظرى بدليل قولك أنه لا يستطيع الاستمرار فى العلاقة طويلا بالرغم من قدرته على ذلك، ولقد أشرنـا كثيرا إلى سرعـة القذف ودواخلها وتفـاصيلها فى مقـالات سابقة فيمكنك الرجوع إليها لمراجعة المعلومات.

أما عن كـونك شرهة جنسـياً كمـا تشيـرين، أو على الأقل نـسبياً - أى مقارنة بزوجك - فهذا شئ وارد؛ وفى حالتك أيضا يحتمل أن يكون ناتجا عن أمرين: أولهما: سرعة القذف لدى زوجك - إذا كـان مصابا فعلا بهذه الحالة - وفى هذه الحالة يكون استمتاعه ناقصاً، ولذلك فهو لا يحب الخوض كثيرا فى العلاقـة حيث أنها تحـمل له الألم النفسى أكثـر مما تحـمل الاستمـتاع؛ فالاستمتـاع آنذاك يكون منقوصاً، فيزيد الحالة النفسـية سوءا بدلا من السعادة التى يجب أن تنتج عن القيام بالعلاقة..

ثانيهما: هو احـتمال أن تكوني بالفعل أكثر منه رغـبة جنسية، وفى هذه الحالـة يكون هناك اختـلاف فى القوالب الجنسـية لكليكمـا - راجعى مـقال القوالب الجنسية - وفى هذه الحـالة فإن بعض جلسـات العلاج الجنسي تكون ذات فائدة آنذاك من ناحيـة لتقريب القوالب الجنسية بعـضها من بعض، ومن ناحيـة أخرى لإرشـاد الزوجين إلى طرق لتـحسين الأداء الجنسي أثـناء اللقاء الحميم، بحيث يستعاض بجودة اللقاءات عن تكرارها، فاللقاء الجنـسي الواحد

يمكن أن يملأ الوجدان استمتاعاً فيتم بذلـك إجابة الرغبة الجنسية المـتأججة لدى أحد الطرفـين أو كليهـما إلى حد كـبير، فتـظل مشبـعة لوقت أطول من الوقت التقليدى الذى كانت تستغرقه إذا كان الاستمتاع متواضعا أو قليلاً . .

سيـدتى العزيزة. . أسـتطيع أن أشم رائحة فـراغ فى رسالتك، فـحاولى إشغـال نفسـك بمـا يفيـدك وأسرتك ومجـتمـعك ودينك. فتصـبح لك دنياك وآخرتـك، وهذا هو أيضا جـزء من الأخذ بالأسـباب وفـقك الله يا سيـدتى وهداك إلى زوجك وهداه إليك فى ظل طاعة الله سبحانه وتعالى والاستمـساك بأوامره والابتعاد عن نواهيه.

☒ أنا شاب أبلغ من العمر ٢٢ سنة أنا عندى موضوع شاغلنى بعض الشئ: أنا الحـمد لله محـافظ على نفسى من ناحـية العادة السـرية لكن عندى موضوع الاحـتلام قوى جداً لدرجة أنه ممكن فى الشـهر من ١٥ إلى ٢٠ يوما أعمل إيه؟ والحمد لله أنا محافظ على نفسى جدا دلونى أعمل إيه؟!.

✍ ✍ ✍

الاحتلام يا صـديقى هو عملية فسـيولوجية، وهو تفريغ نـفسى وعاطفى وعضوى للشهـوة الجنسية المتأججة لمن هـم فى مثل سنك، وخاصة أولئك الذين يتعـرضون للمثـيرات الجنسـيـة بشكل مستمـر أو بطريقة مركـزة وقوية؛ كالعاملين فى مكان فـيه الكثير من المتـبرجات، أو الطلبة فى كلية أو جـامعة فيها أيضا الكثير من الفتيات اللاتى يلبسن ثيابا مثيرة، أو أولئك الذين يواظبون على مشاهدة الأفلام الجنسـية والمواقع الإباحية مما يشعل فيهم الرغبة الجنسية بشكل كبـير، فـيأتى الاحتـلام كاستـجابة عـضوية لكل هذا الشحـن النفسى والحسى.

صـديقنا العزيز. . الإقـلاع عن العـادة السريـة ليس هدفا فى حـد ذاته، وليس كافـيا للمـحافظة على ذاتك من الفـتن (وقانا الله وإياك شـرها) ولكن موجـبات الإثارة هى الشـاغل الأول الذى يجب أن نعمل علـى الإقلاع عنه، فتنصلح لنا أنفسنا وتنقطع شكوانا من تداعيات الإثارة الدائمة القوية التى تشغل الأحاسيس، وتلهب ردود الأفـعال الحسيـة، فندخل إلى سلسلة لا تنتهى من الإثارة فالاستثارة ، فالاستجابة الحسية، فالاستجابة العضوية بالاحتقان، فعدم تلبية الرغبة بالعادة السرية، فحدوث الاحتلام المتكرر. .

وإنى هنا أقدم روشته مضــمونة ١٠٠٪ ألا وهى: غض البصر، وهناك من الشباب من يعتقد أن غض البصر هو عن الفتيات فقط، وأن مشاهدة الأفلام أو الصور أو الدخول إلى المواقع الإباحية شئ مسموح به ولا يدخل تحت طائلة الحرام، ولكنى أقول لمن يصــدق هذا القول فيهم أنه يؤتى فاحشــة كبيرة بأن يطلع على عورات الآخرين؛ وأنه قطعا لا يرتضى أن يطلع أحد على عورته أو عورة زوجتــه أو أخته أو والدته، فهؤلاء هن زوجات وأخــوات وأمهات، وفى النهاية هن آدميات (وإن اختلفت هويتهن أو معــتقداتهن)، وقد أمر الله بصيانة الأعراض والعــورات، وأبسـط ما يكون من هذا الأمر هو عــدم استحــلالها أو النظر إليــها إلا بكلمــة الله (الزواج).. أما خــارج هذا النطاق فحــرام وحرام وحرام.. وغض البــصر هو بمثابة إغــلاق الباب أمام الشيطان أن يتــسرب إلى النفس، وهو أيضــا بــمــثابــة قطع لدابر اتبــاع خطوات الشــيطــان الخطوة تلو الأخرى، والتى تجرنا أحيانا إلى حيث لا تحمد العواقب.. وكل ذلك يبدأ.. بنظرة حرام..

⚬⚬⚬⚬

✉ هل إذا كان الزوج مـريضـاً بمـرض معين مـعدى؛ فى حـالة اللقاء الجنسي ينتقل المرض إلى المرأة؟ وماذا عن الحياة الجنسية للرجل المريض؟ وماذا نفعل لتفادى ذلك؛ وشكراً..

✍ ✍ ✍

إن الأمراض المعدية هى قـائمة لا أول لهـا ولا آخر، وطريقـة العدوى تختلف من الـرذاذ إلى التلامس الجلدى إلى التقـارب الجسـدى إلى التلامس الجسدى إلى التـلامـس الجنسـى.. وأنواع الميكروبات مختلفة فـهناك البكتيريا والفـيروسـات والفطريات و..و..و.. فكل الأسـئلة التى سئلت تنقـصهـا التفاصيل كى أستطيع الإجابة الصحيحة عنها وهنا أختم بدورى بسؤال للصديق السـائل: ما هو هذا المرض.

❂❂❂❂

أعانى من انتصاب دائم ولا أدرى ماذا أفعل، علما بأننى أعزب..

عزيزى الشاب السائل: الانتصاب الدائم معناه إثارة دائمة، «دائم» هنا هى صيغة مبالغة، وهذا الكلام موجه للقراء الأعزاء، فلا يوجد انتصاب دون ارتخاء كما يمكن أن يتبادر إلى ذهن من يقرأ هذه الكلمات.. ولكنى أعتقد أن صديقنا الشاب العزيز يعنىّ أنه انتصاب متكرر بشكل كَبير حيث يكون التعرض للمثيرات أيضا كثير من حيث عدد مرات التعرض نظرا للوجود خارج البيت لفترات كبيرة، أو مشاهدة ما يثير سواء عبر الدش (التليفزيون وقنواته الفضائية) أو عبر المواقع الإباحية على الانترنت، ومن حيث نوعية التعرض أيضا، أى الكيف وليس الكم هذه المرة، ويكون ذلك بالتقارب الزائد مع تلك المثيرات، سواء كانت على الطبيعة أو عبر الأثير..

وفى كلتا الحالتين فإن الوقاية من شر الوقوع فى براثن هذه الفتن هو شئ ممكن ويسير إذا أردت أنت ذلك، فلقد أمرنا الله سبحانه وتعالى بألا نلقى بأنفسنا إلى التهلكة، وهنا يلح علي سؤال يا صديقى اسمح لى أن ألقيه عليك: ألم تسمع بما يسمى بغض البصر، أم لم تسمع بما يسمى بمجاهدة النفس؟ يا صديقى لا توجد إثارة بغير مثير، ولا يوجد مثير بغير مستثارة، ولا يوجد مستثار بغير استسلام لمثير،والاستسلام والمجاهدة هما نقيضان لا يجتمعان.. أما الآن فإنى أخشى عليك من التبعات الصحية لهذه الإثارة الدائمة، وأبسط هذه التبعات هى احتقان الحوض وآلام البروستاتا وما ينتج من جراء ذلك - راجع الحلقة السابقة - مما يمكنه التأثير سلبا على حالتك

الصحية بشكـل عام وصحتك الجنسية بشكل خـاص . . إن الانتصاب يحدث تلقائيا فقط فى الصباح أو حال الاستيقاظ من النوم، وهو ما يعرف بالانتصاب الصباحى، وهو شئ معروف لكل شاب وكل رجل، أما الانتصاب الدائم الذى أشرت إليه فى سؤالك فله شأن آخر كما أشرنا . .

اتق الله يا صـديقى واعلم أن غض البصـر مأجـور وأن مجـاهدة النفـس مأجـورة بإذن الله، وأنهـما من أحب الطاعـات والعبادات إلـى الله سبـحانه وتعالى وخاصة من الشباب حيث إلحـاح الغريزة وغلبة الرغبة . . ولكن رحمة الله والتقرب إليـه يستحقان المحاولة والـتضحية بهذه الأمور الهـينة فى سبيل الوقوف بين يديه فى مـصاف العابدين الـطائعين . . وفقك الله وأمـثالك وإيانا لحسـن طاعته وأحسـن وقوفنا بين يديه .

✉ كيف يعرف الرجل بأنه ضعيف جنسياً؟

My Problem is that I am afraid that I am not good enough (sexually) to marry Please answer me.

✍ ✍ ✍

هذان السؤالان يرميـان إلى نفس المحتوى، ولذلك آثرت الإجـابة عنهما سوياً، يـا أصدقائى الأعـزاء، إن القدرة الجنسـية تنقسـم إلى الثلاث النقاط التالية؟ أو بالأحرى تضم الثلاث نقاط التالية:

١- حدوث الانتصاب حال الإثارة.

٢- زيادة تدفق الدمـاء إلى العضـو الذكـرى مع استـمرار الإثارة بحيث تحدث زيـادة فى صلابة العضـو بسبب زيادة الضـغط الشريانى (ضـغط الدم) داخل أنسـجة الانتصابة، فيصل إلى المرحلة التى يسهل معها الإيلاج.

٣- القـدرة على بقاء الانتـصاب للفـترة الكافـية التى تغطى المـدة التى يستغـرقها اللقاء الجنسى بالـكامل دون الشعور بأن القذف حـدث سابقاً لأوانه (سرعة القذف).

فإذا تحـققت هذه الشروط الثـلاثة، تكون القدرة الجنسـية على خيـر ما يرام، وبشكل عام فـإن كل شاب يكون متـمتعـاً بقدرته الجنسيـة جميعـها إذا أحسن إلى نفسـه وإلى صـحته بشكل عـام، ولم يضرها بأى من السـبل مثل التدخـين أو الإفراط فى العادة السـرية مثلا، أو بأى من الأمـور الأخرى التى تتملك من ضـعاف النفوس - حـاشاكم أن تكونوا منهم - والتى يكون معـها

وقت الحساب وقتاً عــسيرا لا رحمة فيه، ويكون الجزاء قاسيــا يستحقه من لا يحمد الله علــى هذه النعم الجمة التى حبانا اللــه بها، وخاصة نعمــة الصحة ونعمة الفحــولة الجنسية عند الشباب. . فلا تقلقوا يا أصدقــائى الشباب؛ فإن فطرة الله سليــمــة، ولا نريد أن نكون الســبب فى تأثر ســلامــتهــا أو تعكيــر صفوها. .

✉ أنا فتاة مخطوبة وكنت أمارس بعض التمارين الرياضية العادية في المنزل "سويدى"، ولكننى سمعت من صديقاتى أن فى هذا خطر على عذرية الفتاة، لذلك تركت التمارين، والآن، أنا خائفة أن أكون قد فقدت عذريتى، وقد اقترب ميعاد زفافى.. أرجو أن تخبرونى.. هل ما سمعته صحيح؟!

✍ ✍ ✍

عروستنا الجميلة.. لا تصدقى هذه الإشاعات يا صديقتى، استمرى فى تمارين اللياقة البدنية التى تقومين بها، فطالما أن لا شئ دخل إلى فتحة المهبل، ولم تحدث إصابات أو أمراض فى أنسجة أو عظام الحوض، فاطمئنى إلى عذريتك، وإلى عفافك الجميل، واستمتعى بزفافك وادخلى إلى حياتك الزوجية مرفوعة الرأس.. كتب الله لك السعادة الزوجية والحياة المديدة السعيدة بإذن الله..

زوجتى لا تستطيع تحمل العلاقة الجنسية، وتقول أننى أثقل عليها.. فماذا أفعل؟

أيها الزوج السائل العزيز.. إن هذه الشكوى متكررة من السيدات فى العالم العربى كله تقريباً.. وهى تعود إلى الافتقار للكثير من المعلومات عن الثقافة الجنسية عند الأزواج والزوجات على السواء، فلا الزوج يمتلك أدوات إسعاد زوجته على مستوى العلاقة الحميمة، ولا الزوجة تمتلك القدرة على التقاط مشاعر الاستثارة، مما يفقدها القدرة على الاستمتاع بالعلاقة، فينتج عن ذلك تحول العلاقة بينهما، من وجهة نظر الزوجة على الأقل إلى مجرد أداء لمهمة فرضت عليها فرضا، فلا هى اختارت هذا القدر لنفسها، ولا هى قادرة على الاستمتاع به، ليصبح الموضوع برمته حملا ثقيلا عليها، بسبب انعدام المتعة.. وليس معنى ذلك أن هذه المرأة تحديدا تكون باردة كما يقول البعض، أو كما يظن معظم الناس، ولكن البرود هاهنا يكون هو الواجهة للحقيقة السالف ذكرها.. ولذلك يا صديقنا فإنك تتحمل المسئولية عن هذه النتيجة مثل زوجتك تماما إن لم يكن بشكل أكبر، فأنت الطرف الإيجابى فى العلاقة، حيث تنتظر دائما الزوجة من زوجها أن يكون هو الطرف العالم بكل بواطن الأمور الجنسية، ولأساليب الإمتاع والاستمتاع، فإن قنع هو بالجزء الوظيفى من العلاقة، كان الناتج الطبيعى هو هذه الحالة من الخمول العاطفى المتمثل فى الزهد فى العلاقة الحميمة، وخاصة من جانب الزوجة حيث يمثل الجزء العاطفى الوجدانى من العلاقة حوالى ٨٠٪ لديها، وقد يكون أكثر، فإن انتفى وجود هذا الجزء، انتفى أيضا السعى للعلاقة من جانبها. فاسع يا سيدى لإرضاء زوجتك عاطفيا وستجد خيرا كثيرا إن شاء الله..

ما الرأى الطبى والنفسى فى المنشطات الجنسية؟ وما حكمها الشرعى؟

ابدأ أولا بتعريف المنشطات الجنسية: إنها مستحضرات طبيعة تؤثر إيجاباً على حالة الانتصاب، ويشترط وجود الرغبة الجنسية المحركة للمشاعر فى هذه الحالة، أى أن دواعى استعمال هذه المنشطات هى وجود الرغبة مع وجود عيب ما فى استجابة الأعضاء الجنسية لهذه الرغبة، وهذا العيب فى الاستجابة قد يكون مطلقا؛ أى أن الانتصاب لا يحدث أساساً أبدا، أو نسبيا؛ أى أن الانتصاب إما يحدث بشكل غير ذى صلابة تكفى الإيلاج، أو أنه لا يحدث فى كل مرة ينشد الإنسان فيها الانتصاب، وهذه المستحضرات تعمل عن طريق فتح الأبواب أمام تدفق الدماء إلى الأعضاء الجنسية، وذلك عن طريق انتخاب المستقبلات العصبية فى هذه المنطقة التى تسعى لفتح تلك الأبواب فى هذه المنطقة بالذات، ولكن الأدوية بشكل عام أيا كان نوعها لا تختص بمنطقة معينة بشكل خالص ومطلق، ولكن بنسبة كبيرة فقط، وعلى ذلك يمتص الدواء ويسرى فى الدورة الدموية فيمر على أعضاء الجسم جميعا ويسبب أيضا انبساطاً لبعض الأوعية الدموية فى مختلف أنسجة الجسم، وهذا هو سبب حدوث الأعراض الجانبية المعروفة لكل هذه الأدوية وكل هذه المنشطات. ولذلك لابد أن يكون تعاطى هذه المنشطات بعد استشارة الطبيب المختص حتى تكون الفائدة من هذه الأدوية فائدة قصوى دون المعاناة من الأعراض الجانبية، التى تتدرج فى الخطورة حسب الحالة الصحية للمتعاطى

قبل أخذ الدواء، ولذلك دائما ينصح فى معظم الحالات بأخذ المنشطات بأقل جرعة ممكنة عسى أن تكون نافعة، فتتحقق الفائدة مع أقل قدر من احتمال التعرض للأعراض الجانبية. كل هذا يسرى فقط حين يكون هناك داع طبى قوى، ولذلك يشترط استشارة الطبيب المختص، قبل تناول هذه الأدوية، أو أى أدوية بشكل عام أما التأثير النفسى لهذه الأدوية فيكون إيجابيا بالطبع إذا كان فى مكانه، حيث يؤتى الدواء أكله، حيث يتم التغلب على ضعف الانتصاب، مع تجنب الآثار الجانبية قدر الإمكان، إذا كان استخدام الدواء مبنياً على استشارة الأطباء المختصين، حيث أن نظرة الطبيب تكون أكثر حيدة وشمولية من النظرة القاصرة لذوى الحاجة من الرجال الذين يرون فى هذه الأدوية إنقاذا لرجولتهم المهزومة من وجهة نظرهم.. ويكون التأثير النفسى أحيانا سلبيا للغاية حين تؤخذ هذه الأدوية دون داع طبى لها، أو حين لا يتم احترام تدريج الجرعة أو البدء بالجرعة العالية طلبا للتأثير الأقصى، فيحدث أحد أمرين؛ أولهما أن الأعراض الجانبية قد تظهر جليا إما للاستعداد الشخصى لحدوث هذه الأمور (حيث أن ذلك يحدث دون استشارة الأطباء)، أو لعدم حدوث الانتصاب إذا لم تتوفر الرغبة، حيث يظن البعض أن هذه الأقراص هى بمثابة سحر يحدث انتصاباً من لا شئ، فآنذاك يحدث إحباط نفسى شديد، وثانيهما أن تحدث هذه الأدوية تأثيرا إيجابيا يضيف إلى القدرة الجنسية لهؤلاء الأشخاص، تلك القدرة الطيفية التى لم تكن تشوبها شائبة، ولكن مع عقد المقارنة بين الأداء بدون دواء والأداء بالداء، يتصور الرجل أن أداءه الطبيعى ليس بالقدر الكافى من الجودة، فيصير أسيرا لهذه الأدوية باستمرار، وعلى ذلك يكون دائما عرضة لأعراضها الجانبية غير المحمودة فى

معظم الأحوال أما من الناحية الشرعية أو الدينية، فلن أمل أن أكرر أننى لست أهلا للفتـوى الدينية، فهى لهـا أهلها العلمـاء الأجلاء الذين تزخر بهم مـصر والعـالم العـربى... اللهم بارك لنـا فى علمـائنا وابق لنا مـصـر بلدنا الأزهر الشريف واحة وقبلة للعلم والإيمان على الدوام!

أنا شاب فى ربيع العمر، ولسبب ما أجريت عملية جراحية، وهى عملية دوالى الخصية، والآن، أشعر فى بعض الأحيان بألم فى مكان العملية، وذلك بعد مرور شهور على إجرائها.. هل فى ذلك تأثير فيما بعد على العملية الجنسية فى الزواج؟

أيها الصديق العزيز. . عملية دوالى الخصية هى عملية بسيطة يتم بها إنقاذ الوظيفة الإيجابية للخصية، وهى لا تؤثر على الفحولة أو الأداء الجنسى، ولا على العملية الجنسية فى الزواج. . أما عن الألم الذى مازلت تشعر به فى مكان العملية، فيجب أن تعود للجراح الذى أجرى لك العملية ليعيد فحصك ويطمئنك على سلامة الجرح، أو يصف لك العلاج إذا كان هناك ما يسوء - لا قدر الله . . أرجو أن أكون قد أجبت عن سؤالك بشكل يرضيك ويطمئنك، شفاك الله وعافاك وكتب لك السعادة الزوجية.

أنا فتـاة معقود قـرانى على من أحببـته فأتم الله عـلاقتنا بالزواج المنتظـر بإذن الله. وفـيـمـا قـبل ليـلة الرجلة مـارست مع خطـيـبى بعض المداعـبات، إلا أننا قررنا سـوياً التوقف فـورا حتى لا نضع فرحـتنا فى ليلتنا المنتظرة كما أن هناك تخوفاً من أننا نفعل شيئا يغضب الله.. بعد التوقف عن المداعبـات، ولأنها مداعبات خـلرجية فقط كنت أخشـى أنها من الممكن أن تؤثر على العـلاقة الحـمـيـمـة بعد الزواج.. أرجـو إفادتى جـزاك الله خيـر الثواب..

عروسنا الغالية.. أما عن كون هذه الأفعال تغضب الله أم لا، فلست أنا من يحكم بذلـك، أمـا عن كـون هذه المـداعـبـات سـوف أم لن تؤثر على علاقتكما الحميـمة فى المستقبل، فهذا كما أعـتقد ظن ليس فى محله. حيث أن مداعـبات ما قـبل الجماع هى مـفتاح الســرّ لنجاح العلاقـة الحميـمة بين الزوجين، وخاصة بالنسبة للزوجة حيث يتم بهـا تحضيرها من الناحية النفـسية والعضوية، فـينجح اللقاء الحميم بشكل أكـبر، أما عن قراركـما بالتوقف عن هذه المداعبات كيلا تضيعان الزهو والفرح بليلة عمركما (ليلة زفافكما) ، فهذا شيء وجيد حتى تشتاقان لهذه المـداعبات حال إتمام زوارجكما إن شاء اللّه، ولكن الجـانب الحـسـن فى هذا المـوضـوع، هو إلمـامكمـا بهـذا النوع من المداعبات » بعد عقد القران «، مما سيوفر عليكما مشوار التعرف عليها وعلى المتعة التى قد تنتج منها بعد الزواج بإذن اللّه.

ما هو الـزمن المتوسـط للقذف ؟ بمعـنى آخر كيف أعـرف أننى أقذف زمن جيد؟

هذا سؤال ذكى للغاية، ولكن معنى أنــك سألته يا صديقى أنك لا تشكو من المرض الذى تقـصده بسؤالك والمـسمـى بـسرعة القذف فالزمــن المتوسط للقذف هو الزمن الذى يشعر الرجل خلاله أنه وصل إلى قمة المتعة وأنه اكتفى بهذا الـزمن الذى قضاه عـلى حال الانتـصاب، وأن القذف قـد أتى فى وقت يتماشى مع رغبـته وأنقضاء متعـته ، ولم يـسبقهما بحـيث يترك هذا الشاب أو الرجل مفتقرًا للمزيد منها، أى أن إحـساس كل رجل بتحقق متعته من عدمها ـ بشكل مُرض له جـسمانيًا وحدانيًا ـ هو الفيصل فى الحكم على الزمن المتوسط الـسليم قبل القذف ، وعلى إدراك الرجل إن كان يقذف فى زمن جيد أم لا .

✉ بسم اللَّه الرحمن الرحيم. شكرًا لك أولاً. ثانيًا : أنا سنى ١٩ سنة وأعانى من أن الخصــية اليمنى أكبـر من الخصية اليســرى كثييرًا ولو ســمحتى حضرتك لو تجاوبينى لأن الموضوع كبيرًا جدًا ومهم جدًا بالنسبة لى وشكرًا.

✍ ✍ ✍

عزيزى الشاب الصديق :

من المعــروف بشكل عام أن عن الشائع والعادات أن يكون هناك تـبانبان حجمى الخصيـتين ولكن فى حدود معينة. أما ما تصفــه من كون هذا التباين شديدًا وكبيــرًا لهذا الحد الذى تصفه، لهذا يسـتدعى أن تذهب إلى أحد أطباء أمراض الذكـورة لفحصك إكـلنيكيًا وهذا كاف وجـدير بأن يطمئنك ، فـربما يكون كل شىء طبيعيًا ويكون قلقك هذا لا مكان لـه إلا فى خيالك. وعمومًا فلتـــرع بإجـراء هذا الفـحص حتى يـرتاح بالك . . ولك منا كل الأمنيـات الخلصة والصادقة بأن يمتعك اللَّه بالصحة وكمال العافية.

❂ ❂ ❂ ❂

أنا شاب فى التاسعة عشرة من العمر، مارست العادة السرية منذ البلوغ بطريقة غير منتظمة وأحياناً كنت أمنع نزول المنى إلى أن حدث وأصبحت بالتهاب فى البروستاتا، ولكنى أقلعت عن العادة السرية منذ ما يقرب من ٧ أشهر وذهبت للطبيب ولكنى لم أكمل العلاج للنهاية. وسؤالى هو : هل التهاب البروستاتا مرض مزمن ؟ وهل يؤدى إلى العقم أو ضعف الانتصاب؟ أو الضعف الجنسى بشكل عام؟ وهل يؤثر على المعاشرة الزوجية؟ وأخيراً هل له علاج أم أنه مرض يمنعنى من الزواج ؟ حيث أننى بدأت أشعر بضعف فى الانتصاب وأحياناً أشعر بعدم رغبة على الإطلاق فهل هذا ناتج عن قلق نفسى أم هو مرض عضوى؟ ! حين سألت طبيبى المعالج كان يردد ردوداً مطمئنة ومقتضبة ولكنها لم تطمئنى.. أرجو الإجابة عن تساؤلاتى بشكل مستفيض وجزاكم الله خيراً.

صديقنا العزيز. . أرى أن خيالك قد شطح بعيدا جداً عن أرض الواقع، إن التهاب البروستاتا مرض منتشر بين الكثير والكثير من الرجال، ويحدث عادة بسبب كثرة الشهوة مع قلة التنفيس عنها، وهى حالة متكررة وليست بالخطورة التى تعتقدها، ولا هى حالة فريدة إذا ما اتبعت العلاج كما يجب واتبعت إرشادات الطبيب وتعليماته. أما عن تبعات التهاب البروستاتا، فهى تشمل بعض المضاعفات التى أشرت إليها ولكن ليس بشكل مطلق، وعموماً فلا مكان لمناقشة هذه التبعات الصحيحة طالما تم اتباع العلاج اللازم والبعد عن مسببات هذا الالتهاب.

أما بخصوص الهواجس التى أصابتك ومنها مسألة ضعف الرغبة والإحساس بضعف الانتصاب، فكما أسلفت أنها مجرد هواجس كاذبة لا تلقى لها بالا.. فأنت فى صدر شبابك وفى كامل طاقتك وفى أحسن صور فحولتك الجنسية، ولكنه رد فعل انفعالى طبيعى ويجئ رد الفعل فى الاتجاه المعاكس تماما للفعل كما حدث معك.. ولنقل أنه من الأحسن أن تبقى الرغبة غائبة ولا ضعيفة، ولكن لتكن مؤجلة إلى حين ارتباطك بحليلتك فى المستقبل القريب إن شاء الله (زوجتك) فيتسنى لك إطلاق رغبتك كأحسن وأكثر ما تكون، فإذا استعنت بالله وبالطاعات على ذلك، كان ذلك خير مصرف لشهوتك، بل سيزيد ذلك من قدرتك الجنسية إذا تم توظيف هذه الشهوة وتلك القدرة فى الطريق الحلال.. وأخيرا أقول لك لا تخف يا صديقى فأنت سليم تماما، أدام الله عليك الصحة والعافية وأعانك على استثمارهما فى خيرك وخير دينك ودنياك.

○○○○

أريد أن أستـفسـر عن قلقى نحو كثـافة الشـعر فى منطقـة العانة، وهل ممكن أن يكون له عدم ارتياح عندما أتزوج؟ وجزاكم الله خيرا.

أعتقد أن السؤال غير واضح بالقدر الكافـى، كما أننى لا أستطيع استبيان ما إذا كان السائل شاباً أم فتاة، ولكنى سأحاول الإجابة بشكل يفيد السائل (أو السائلة) فى المقـام الأول، وأيضا يفـيد قراءنا بشـكل عام فى المـقام الأول أيضا!!

أما عن شعر العانة فهو موجود منذ مرحلة البلوغ عند الفتى والفتاة، وهو يأخذ شكل مـثلث عند الذكر (ينتهى بقـمة مدببة عـند السرة أو تحتهـا قليلا) ويأخذ شكل مثلث مقلوب عند الفتاه بحيث تكون قـاعدته لأعلى وقمته ناحية الأعضاء الجنسية الخارجية.

تتسم المنطقة (منطقة العانة) بكون الغدد العرقية الموجودة فيها تفقد جزءاً ميكروسكوبياً من نسـيجها مع العرق الذى تفرزه، ممـا يضفى على العرق فى هذه المنطقة رائحة مميزة غير مقـبولة بسبب احتوائها على نسيج حى خرج من الجسم فتعرض لكل العمليات البيولوجية التى تحدث للأنسجة الحية بعد وقف الحيـوية بها، ويزيد من هذه الرائحة وجـود الشعر فى هـذه المنطقة وتزيد إذا كـان كثـيفـا؛ ولذلك كـان الأمر النبـوى الجـميل باتبـاع سنن الفطرة ومنهـا الاستحداد (وهو قص شعر العانة) ويجب أن يحدث ذلك بانتظام للحفاظ على هذه المنطقة نظيفـة وغير منفرة وخاصـة بعد الزواج حيث يكون هذا المكان حتمـاً لطرف آخر وليس فقط للإنسـان ذاته. . أمـا عن التفسـير اللفظى لمعنى

الاستحداد فأتركه لأهل الرأى والفتوى، ولكن لنعلم جميعاً أن الرسول الكريم ﷺ الذى لا ينطق عن الهوى قد حسم لك (أيهـا السـائل أو أيتها السـائلة) هذه المسـألة، ولنعلم أن كل ما يفيدنا فى دنيانا وأخص خصوصيات حياتنا إنما جاء فى ديننا العظيم.

✉ هل يوجد أعشاب تسبب الرغبة الجنسية بالنسبة للولد أو للبنت؟

✍ ✍ ✍

الرغبــة الجنسيــة محلها الجــهاز العصــبى؛ فهناك مــلايين من الإشارات العصبيــة التى تدخل الجسم عن طريق الحواس الخــمــسة كل لحظة، ولكن لا تترجم كلها إلى مثيرات جنسية، بالرغم من وصولهــا جميعا للجهاز العصبى، ولتقريب الـصورة لمخيلتكم أيهــا الأصدقاء الأعزاء فلنقارن بيــن لمــسة الأيدى بين نفس الرجل وبين والدته أو أخته مثــلا، بالرغم من كونها نفس اليد ونفس الجسد ونفس الجهاز العصبى؛ ولذلك فــمســألة زيادة الرغبة الجنــسية عن طريق الأعشاب هى شئ مــشكوك فى صحته بنــسبة تكاد تصل إلى ١٠٠٪، فــالرغبة الجنــيــة هى مسألة روحانيــة، أى أنها متعلقــة بالروح التى هى من صنع الله وحده . .

✉ فى البداية أود أن أوجه التحية للدكتورة هبة قطب: السلام عليكم ورحمة الـله. لى استفسـار، وهو إذا أراد الزوج أن يستمتع مع زوجـته بالدورة الجنسية الكاملة (٤ مراحل) لأطول فترة مـمكنة عن طريق منتج كيميائى إنتاج شركـة فايـزر؛ فهل لذلك تأثيـر على الزوجة فـيمـا بعد؟ أى أنهـا تتعـود على الممارسة الجنسية بهذه الطريقة أو هذه المدة؟ وجزاك الله خيرا..

✍ ✍ ✍

وعليكم الســلام ورحــمة الله وبركــاته. . أشكرك يا صــديقــتنا على هذه التحـية الرقيـقة. . أعتـقد أنه قد حـدث خلط لديك بين سرعة القـذف وقوة الانتصاب؛ يا سيدى إن هذا المنتج الذى تتحدث عنه (الفياجرا) ليس له علاقة بطول فتـرة الانتصــاب، ولكن له علاقة بقـوة الانتصاب التى أحـيانا مـا تتأثر بسبب عوامل كثيرة لا مجــال لذكرها هنا. ولكن طالما قد فتح هذا الموضوع فهذا يحتم علي عـرض بعض المعلومات للاستفادة منها نتـيجة لبعض الخلط الذى صادفـته فى الكثـير من الزائرين لدى فى العـيادة الخاصــة، والمتـعلقة بالفياجرا أو الأدوية المنشطة جنسياً بشكل عام:

أولا: إن الرجل الطبيعى المكتمل الرجولة والفحولة يستطيع إتمام العلاقة الجنسية بكل نجاح وبإمتاع كامــل لزوجته إذا حدث الانتظام بنـسبة ٧٥٪ فقط، أى أنه ليس شرطا أن يحدث الانتظام بصلابة شديدة ومتناهية حتى يتسنى للقاء الجنس أن يتم بنجاح. . أما يأخذ المنشطات الجنســية، فطالما توفرت الشهوة (كما سياتــى ذكره) سيحدث الانتظام بشكل قوى وبنـسبة قـصوى طالما كانت الأنسجة الانتصابية والأوعية الدموية مـــستجيبة، فينتج عن ذلك قوة شديدة فى

الانتصــاب فى معظم الأحوال، تجعـل هذا الرجل إذا ما عاد إلى حـياته دون دواء يكون معيـبا فى نظر نفسه وفى نظر زوجتـه فى حين كونه طبيعيـا تماما؛ ولنضرب مثل امرأة جميلة فى عين زوجـها دون ماكياج، فإذا تزينت ذات مرة بمكياج كامل مثلا ورآها زوجها، صـارت لا تعجبه فى صـورتها الأولى بالرغم من كونها كـانت جميلة فى عينه فيـما قبل. ولذلك فهناك دواع طبية وصـحية لاستخدام هذه المنشطات الجنسية حتى نأخذ خيرها ونتباعد عن شرها المتمثل فى الأعراض الجانبية التى لا يخلـو منها أى دواء وخاصة هذا الذى يؤخذ فى غير محله.

ثانيا: إن المنشطات الجنسية لا تصنع المعجزات، ولا تخلق شيئا جديدا من عدم؛ أى أنها تستلزم وجـود شهوة ورغبة جنسيتين حتى يتـسنى لها القيام بوظيفتهـا من حيث فتح الأبواب المغلقة أمام اندفـاع الدم إلى الأوعية الدموية التى تكسوها الأنسجة الانتصابية (الأجـسام الكهفية) لدى الرجل، ولذلك فهى تفشل فـى العمل فى الكثـير من الأحيـان فيـصاب آخـذها بالإحباط النـفسى الشديد.

ثالثا: إذا اتبع الزوجان التصاعد العاطفـى الانفعالى خلال المرحلة الثانية من الدورة الجنسية - راجع مقال الدورة الجنســية - وحاولوا الإطالة والتجويد فيـها كانت النتيـجة انتصـاب عند الرجل بنسبة ١٠٠٪ دون الحـاجة إلى هذه المنشطات طالما خلا المـوضوع من الأسباب العضـوية؛ وليحكم بذلك أحد الأطباء المتخصصين الذين يـبدأون دائما - إذا ما احتاج الأمر لتلك الأدوية - بجرعات صغيرة جداً حتى يأمن آخـذها شر الأعراض الجانبية التى قد تحدث من الجرعات العالية.

وأخيراً أقـول لك يا سيدى العزيـز، اسبق نية الإخلاص والإحـسان قبل لقائك بزوجتك، فإنك تعبد الله أيضـا آنذاك؛ فإن الله قد كتب الإحسان على كل شئ؛ وهو جل جلاله الذى يحب أنه إذا عمل أحـدنا عملا أن يتقنه، ولـم يحدد هذا العـمل، فاخلص فى حـبك لزوجتك، واسـتحضـر كل المشـاعر الإيجابية تجاهها حال لقائك الحميم بها، وأطل وجود فى مداعبتك لها، ولن تحتـاج لأى منشطات جنسية بإذن الله. . أمـا إذا كان هناك عنصر آخـر يعوق ذلك مثل سرعة القـذف فهذا عرض آخر ويحتاج لـعلاج آخر (راجع الحلقات السـابقة).

○○○○

✉ أنا أريد أن أعرف: أنا كـنت عاملة عمليـة وأنا صغـيرة، وأنا الآن لما بكون مع زوجى لا احس بأى ارتياح بسبب هذه العملية.

✍ ✍ ✍

أعتقـد يا صديقتى العزيزة أنك تقصــدين عملية الختــان، لقد تحدثنا عن هذا الموضوع بتفصيل كبير فى مقــال سابق فإذا راجعتيه سيكون عونا لك على تخطى هذا الهاجس، فهذه العملية لا تعـوق الاستمتاع الجنسي بين الزوجين، ولكن هناك بعض الاعـتـبارات التى قـد تكون مـفتـقـدة بينكمـا فى العلاقـة الحميمة.

✉ أعاني من بـطء حركة الحـيوانات المنوية، واكـتشفـت ذلك بعد إجراء التحاليل الطبية.. فهل هناك سبيل لعلاج ذلك؟ وشكرا لكم.

✍ ✍ ✍

سيدى العـزيز. . حالتك تحتاج لأحد الـزملاء الأطباء المتخـصصين فى أمراض الذكورة والتناسـل؛ ويبدو أنه اختلط عليك الأمر فى تخـصصى؛ فأنا متخصصة فى الأشياء المتعلقة بالوظيفة الجنسية نفسها (الأداء الجنسى) أما غير ذلك فلكل تخصصه. . فقم بزيارة أحـد الـسادة أطباء الذكورة، فإن بلدنا تزخر بالكثير من الأطبـاء الأكفاء فى هذا المجال، واتبع تعليـماتهم وسيكرمك الله بالشفاء بإذن الله.

هل العادة السرية تؤدى إلى العقم؟

لقد كـتبنا كثـيرا وتحـدثنا كثيـرا عن العادة السرية، وعـما يحـيطها من تحسبات وشكوك كثيرة، فيمكنك مـراجعة مقالات العادة السرية للاستفادة من المعلومات التى جاءت فيها. أمـا بالنسبة لسؤالك هذا تحديداً فإنى أود لك أن تعرف أن الخصية هى مصنع الحـيوانات المنوية المسئولة عن الإنجاب، وهذا المصنع يعـمل لمدة ٢٤ ساعة يوميـا، وينتقل منتج هذا المصنع المتمثل فى السائل المنوى الذى يحـتوى على الحيوانات المنوية إلى الحـويصلات المنوية حتى تـنزل إلى الخارج بالقـذف. أى أن هذه العمليـات الحيويـة تحدث أولا بأول، ويستمر فى جميع الأحوال إنتاج الحيوانات المنوية عن طريق الخصية، وعلى ذلك فـإن العادة السـرية لا تؤدى إلى العقم، ولكـن لها أضـرار أخرى وخاصة مع الإسراف فيها نستطيع معرفة الكثير عنها بمراجعة المقالات الخاصة بها. والتى أوردناها من قبل.

الدكتورة العزيزة هبة قطب.. أولا أريد أن أشكرك كثيرا على تلك المعلومات التى تقدمينها للشباب لتثقيفهم لكن لى تساؤل بسيط.. علمت من سيادتكم أنه ما دام طول القضيب يزيد على ٩ سم فإنه كاف ومرضٍ، ولكن السؤال هو أثناء عملية القذف فى بعض الأحيان، يكون القذف قويا؛ أى أن الحيوانات المنوية تذهب لمسافات بعيدة، وأحيانا يكون ضعيفا فتنزلق على العضو، فهل هناك فرق؟ وهل كم الحيوانات المنوية يؤثر فى عملية الحمل؟ آسف على الإطالة وجزاكم الله خيراً.

سيدى.. أشكرك على هذا الثناء الكريم، والذى أدعو الله مخلصة أن أكون أستحقه؛ أما عن إجابة سؤالك عن قوة القذف فهى مسألة ميكانيكية تخضع للكثير من الترتيبات الداخلية فى الجهاز التناسلى وفى الأعضاء الجنسية، وفى المنظومة العصبية التى تحكم عملية الإثارة الجنسية لوصولها إلى مرحلة القذف (الدورة الجنسية)، ولكن لعدم الدخول فى تفاصيل علمية وفسيولوجية فإنى أقول لك أنه لا فرق بين حالتى القذف اللتين تعرضت لهما بسؤالك من حيث النتاج لهذه العملية؛ فغالباً ما يحدث القذف ضعيفا فى حالة تكرار عملية القذف، أى فى المرات المتتابعة فيكون قويا ويذهب السائل المنوى لمسافة بعيدة كما أشرت فى أول قذفة بعد انقطاع لوقت معين عن العملية الجنسية، ثم تأتى المرات التى تليها أقل قوة.. أما عن كم الحيوانات المنوية وتأثيرها فى عملية الحمل فهنا أود أن أشير إلى حقيقة ثابتة ومعروفة وهى أن الحمل كى يحدث، يحتاج فقط إلى حيوان منوى واحد كى يخصب

البويضة الواحدة التى يفرزها مـبيض الزوجة، وعلى ذلك فنحن هاهنا نتحدث عن أعداد بالملايين، وتتراوح القذفة الوحـدة من حيث عدد الحيوانات المنوية فيهـا من ٥٠ إلى ٧٠ مليون فى المتوسط، وهناك فى بعض الأحـيان ما يزيد على ذلك وفى البعض الآخر ما يقل عن ذلك؛ ولكن فى جميع الأحوال فهذا أكثر من كاف لحدوث الحمل؛ شـريطة أن تكون الحيوانات المنوية نفسـها فى صورة صحية طبيعية وعلى مـستوى عال من النشاط الذى يسهل عملية الحركة إلى داخل الرحم والأنابيب لدى الزوجـة، كـما يمكن هذه الخليـة (الحيـوان المنوى) من اختراق جـدار البويضة حتى يحدث الإخصـاب الذى سيؤدى إلى الحـمل. وهكذا يا صديقنا، أرجـو منك ألا تشغل بالـك كثيـرا بقوة انـدفاع السـائل المنوى، وعـدد الحيـوانات المنوية فـيه، وعـمليـة حدوث الحـمل وملابسـاتها؛ فكل ذلـك؛ ومسألة الحـمل تحديدا هـى من صـميم قـدرة الله تعالى، ولا تخضع لقوانين محكمة كما يظن البشر؛ فهى عملية خلق جديد.. ولله فى خلقه شئون.

السلام عليكم.. أنا عندى سؤال ولكنه محرج جداً، أنا كنت مكتوب كتابى من قبل، وكنت أحبه وهو أيضا، ولكن افترقنا، المهم كانت العلاقة بيننا متطورة جداً، وذات مرة قلقت، وذهبت إلى دكتوره، وأخبرتنى أن عندى خدش، فأنا أريد أن أعلم ما هو الخدش؛ وهل له تأثير على غشاء البكارة أولا؛ وإن كان، فهل هو ممكن أن يبان؟ وإن كان فهل له علاج؟ وشكراً..

بالرغم من عدم ارتياحى لنشر رسائل من هذا النوع، ولكنى وجدتها فرصة للتحدث عن العلاقات نصف المشروعة مثل هذه العلاقة، ولست أشير هنا إلى أحكام دينية أو فقهية، فلست أهلا للفتوى كما أقول دائما، ولكنى أشير على ما لا نستطيع أن نواجه به الدنيا بأسرها والذى أشار إليه رسولنا الحكيم ﷺ فى حديثه الشريف: ".. والإثم ما حاك فى صدرك وخشيت أن يطلع عليه الناس". وهذا هو المثال الحى لكوابيس تلك المشاهد المتكررة لشاب وفتاة يذهبان بعيدا عن الحدود التى أقرها لهما المحيطون بهما طلبا لمتعة وإرضاء لشهوة ورغبة، وبالطبع يتكرر السيناريو بندم الفتاة حيث تكون هى الخاسرة من الناحية الجسمانية، ويبدأ مسلسل القلق لديها مما قد يكون قد حدث لها من جراء ما فعلت؛ خشية أن تنكشف فعلتها لدى زوجها القادم.. وهنا يجب أن أشير من بعيد أنك ستدخلين نفسك أيتها السائلة فى حلقة مفرغة من مسلسل أكاذيب؛ فإنك تكذبين على أهلك والمحيطين بك، وعلى زوجك القادم، بل على المأذون الذى سيعقد قرانك القادم على أنك بكر، بل على الله سبحانه وتعالى الذى أقر قوانين تختلف فى فحواها فى

حالتى الطلاق قـبل أو بعد الدخـول، تلك القوانين التى سنت من فـوق سبع سمـاوات والتى نستهـين بالإطاحة بهـا ويا له من ذنب عظيم.. عمـوماً تلك كانت مجرد إشارة مـقتضبة ومختصـرة لقضية متكررة فى المجتمـعات العربية بشكل عام..

أما عن سؤالك عن الخـدش التى أشارت إليه الطبيبـة التى ذهبت إليها، فأنا حـقيقة لا أعلم قـصدها من وجود خدش وأين يقع هذا الخـدش وما هو مكانه تحديدا؟ وهل هو موجود فى منطقة العجان (التى تقع بين فتحتى المهبل والشرج؟ أم أنه يقع داخل القناة المهبليـة؟ أم تراه أصاب طرف غشاء البكارة مثلا؟ كل هذه الـتفاصيل عن هذا "الخـدش" المشـار إليه لابد أن نعـرفها كى أحكم حكما طبـيا صحيحـا على أبعاده، ولكى يتسنى لى أن أجيـب عن بقية أسئلتك عنه، فعـودى إلى طبيـبتك التى فـحصـتك واسأليـها مليـا عن هذه التفاصيل، فهى الأقدر على إعطـاء الإجابات عن هذا "الخدش" وعن ماهيته ومكانه وأبعاده..

هل العادة السرية مضرة للبنت بعد الجواز؟ وهل ممكن يكون فيه حمل مع وجود غشاء البكارة وعدم دخول العضو وإخراج المنى من الخارج؟

العادة السريـة مضرة للبنت بعد الزواج من حـيث تشكيل القالب الجنسى لديها على شاكلة مختلفة عما تحتاجـه بعد الزواج، مما ينتقص من متعتها مع زوجها بعد الزواج.

نعم ، ممكن أن يحـدث حمل مع وجـود غشاء البكارة حـيث توجد به فتحات؟ لمرور دم الحيض والإفرازات المهبلية للخارج، وبالتالى يمكن لهذه الفتحات أن تسمح بدخول الحـيوانات المنوية للداخل من الخارج. فإذا كانت الحيـوانات المنوية ذات عـدد ونشاط كبـيرين يمكــن لها أن تسبـح من خارج الفتـحة المـهبليـة إلى داخل القناة المهـبلية، فقـناة عنق الرحم، فالتـجويف الرحمى، فأنابيـب فـالوب (الأنبوبان على جانبى الرحم التى تلتـقطان البويضة من المـبيض) فيلـتقى أحد هـذه الحيوانات المنوية مع البويضـة، فيـحدث الحمل.

أنا والله العظيم ما عرفت اى أحد عن هذا الموضوع، وعمرى ما عرضت نفسى على أى دكتور من خجلى، وهو وجود تقوس فى عضوى الذكرى عند استقامته ناحية اليمين بطريقة ملحوظة جدا لأنه أطول من ١٠ سم.. فهل ذلك أى ضرر عند الزواج؟ الحمد لله، أنا ملتزم، ولكن عند التفكير فى الزواج أو الكلام عنه يحدث انتصاب بسيط يصحبه ارتخاء فى جسمى كله.. وفقك الله لما يحبه ويرضاه وشكراً.. أرجو الإفادة أرجوكى.

أنا شاب وغير متزوج.. لاحظت أن القضيب عندى مايل للشمال أكثر؛ فمش عارف إن كان ده عيب ولا لأ.. وكمان الخصية الشمال عندى أصغر من اليمين وشكراً..

لهذين السؤالين من الصديقين السائلين أرد فأقول..؛ إن مسألة ميل العضو على ناحية دون الأخرى، وبالأخص أثناء الانتصاب تكون بسبب تباين بين طولى الجسمين الكهفيين اللذاين يشكلان الجزء الأعلى من العضو الذكرى، والمسئولين عن الانتصاب؛ فيميل العضو حال الانتصاب على ناحية الجسم الكهفى الأقل طولا؛ وليس لهذا تأثير على الوظيفة الجنسية مع الزوجة، ولا أى ضرر من أى نوع، طالما ليس هناك عيب فى الانتصاب من حيث الصلابة وبالتالى من حيث القدرة على الإيلاج؛ وليس هناك عيب فى القذف؛ فأبشرا أنتما ومن كانت له نفس الشكوى من الشباب أمثالكما، ولا تقلقا؛ فليس هناك ما يسوء بإذن الله.. أما عن وجود فارق فى حجم الخصيتين، فهذا أيضا شئ وارد ويحدث عادة فى الكثير من أعضاء الجسم

وبالذات التى يوجد منهــما اثنان؛ مثل الأذنين والقدمين والكــفين، ولكنها فى أغلب الأحــيان فــروق ليــست واضــحة؛ ولكن لزيادة الاحــتيــاط، يمكنك أن تذهب لاستشارة أحد أطباء أمراض الذكورة حتى تقطع شكك باليقين، وليكون له الحكم فيما إذا كان الفرق فى الحجم بين الخصيتين يقع فى النطاق المقبول أم خارجه.

بالنــسبة لحــدوث انتصاب وشعور بالخدل أو الارتخاء البــسيط فى الجســم عند الإشارة لأى إيماءة تحمــل بين طياتها الوظيفية الجنسيــة، وبالطبع المثال الأكبر لذلك هو الإشارة للزواج.

✉ أنا أحب أن أشكر الدكتورة جدا جدا، وسؤالى هو هل ممارسة الجنس تزيد من طول القضيب؟ وشكرا.

✍ ✍ ✍

اسمح لى سيدى أن أكون أن الشاكرة لك ولبقية السائلين إذا أنهم يساعدون على كشف بواطن الأمور لهم ولكل القارئين والمتصفحين لهذا الموقع البناء. يا عزيزى، إن ممارسة الجنس الطبيعى لا تأبه بطول القضيب كما سبق وأشرنا مرارا وتكراراً، ولا علاقة لطول القضيب بالفحولة الجنسية؛ وزيادة طول القضيب، تلك القضية التى تشغل أبناء آدم؟ أو الغالبية العظمى منهم، تحدث ببعض الطرق الميكانيكية باستعمال آلات للشفط والإطالة للأنسجة الانتصابية ولكن بعد فترة ليست طويلة، يكون العضو طويلا، ولكن بلا عمل وبلا قدرة وبلا فحولة.. سيدى، إن ممارسة الجنس لا تطيل العضو من الناحية القياسية، ولكنها تطيل العمر العامل للعضو.. فالرجل الذى يتمتع بكامل فحولته يحمد الله تعالى على نعمائه، ولا يتيح للشيطان تلك الفرصة التى يصبو إليها للانتصار عليه.

❂❂❂❂

✉ هل تقـذف المـرأة مـثل الرجـل؟ ومـتى يحـدث ذلك؟ ومـا هو الشبق؟

✍ ✍ ✍

أيها الصديق العزيز . . . إن القذف يحتمل معنيين على حد معرفة الناس؛ المعنى الأول هو قذف السائل المنوى أى إخراجه إلى خارج الجسم عن طريق القناة البولية التناسلية للرجل؛ وهذا السائل المنوى يمكن رؤيته بالعين المجردة وهو يخـتلف عن السـائل الشـفاف الذى يخـرج من ذات القناة حـال الإثارة الحسية الجنسية، فهذا الأخيـر هو "المذى"، أما السائل المنوى فهو المعرف بـ "المنى"، هذا هو المعنى المجـرد للقذف؛ أما المعنى الأخير فـهو مرحلة الشبق، أى المرحلة المـصاحبة للقذف السـابق تعريفه من الناحية الحـسية أو العصبـية، أو بالأحرى من حيث مراحل الدورة الجنسيـة - راجع مقال الدورة الجنسية - فهى كمرحلة أيضا يسـميها البعض أحيانا بـ "القذف". . . ولذلك فالإجـابة على سؤالك تنقسم إلى شـقين؟ الشق الأول هو كون المـرأة تقذف "مـثل الرجل" فـأقول لك إن المـرأة تقـذف نعم، ولكن ليس مـثل الرجل، فالقذف هنا يكون بمـعنى الوصول لمرحلة الشبق وهى المـرحلة الثالثة للدورة الجنسيـة، أما الشق الثانـى فهو ما يـصاحب هذا القذف، وهو ليس إخـراجا للسائل المنوى كما عند الرجل؛ ولا سائل يحوى البويضات كما يحوى السائل المنوى الحيـوانات المنوية؛ ولكنه أيضا سـائل لزج شفـاف يماثل ذلك الذى يفرز أثناء مرحلة الإثارة الجـنسية (المرحلة الثانيـة فى الدورة الجنسية)، ولكن الاختلاف يقع فى مصدر كل منهما؛ فمصدر المذى (الذى يخرج أثناء الإثارة)

هو فى المقام الأول الغدد الموجودة بكثرة فى عنق الرحم، وهى تستمر فى الإفراز حال الاستمرار فى الإثارة؛ أما مصدر منى المرأة، فهو غدتان على جانبى فتحة المهبل داخليا، اسمهما غدتا "بارثولين"، وهى تستمر فى الاحتقان وفى الإفراز الداخلى (أى داخل نسيجها) طوال فترة الإثارة (المرحلة الثانية للدورة الجنسية) ولكن يبقى المنى فيها لعدم تمكنه من الخروج لسبب ميكانيكى تكون فيه فتحات الإفراز مغلقة أثناء الإثارة بسبب انتفاخ النسيج المحيط بها؛ وبذلك لا يخرج هذا المنى إلا مع الدخول فى المرحلة الثالثة من الدورة الجنسية؛ أى بحدوث الشبق أو القذف لدى المرأة؛ فتنفرج الفتحات التى تسمح بخروج المنى من غدتى بارثولين؛ وتكون بذلك المرأة قد قذفت، ويصاحب ذلك خروج لكمية كبيرة من سائل لزج شفاف من فتحة المهبل؛ مما يسهل الإيلاج الذكرى، وبذلك تصير العلاقة الجنسية على أحسن صورها بوصول المرأة إلى الشبق وحدوث القذف لها؛ ثم تحدث العلاقة الجنسية الفعلية بالإيلاج، مما يجعل حدوث الشبق الداخلى لدى المرأة ممكناً بل سهلا، بل يمكن أن يكون متكرراً أثناء اللقاء الجنسى الواحد.

○○○○

هل كميـة الدم التى تنزفها الفتاة بعـد فض غشاء البكارة يجب أن تكون كثـيرة أم عادية؟ أم أنها مـختلفة النسـب؟ وهل كـثرة الدم تعنى أن البنت أكثر شرفا من البنت التى لم تنزل منها دماء غريزة؟

إن الإجابة عن هذا السؤال تسعدنى حقا، فسوف يتسنى لى أن أعرض بعض المعلومات المفيدة لكل من الشباب والفتيات، فتهدأ نفوسهم بالمعرفة بإذن الله، أما بالنسـبة للنزف الناتج عن فض غشـاء البكارة لدى الفتاة، فـهو يختلف باختلاف نوع غشاء البكارة لديها، نعم.. أقولها لم يستغرب كلمة نوع الغشاء، فهناك سبعة أنواع ممكنة لغشاء البكارة، وهذه الأنواع هى:

١- الحلقى.
٢- المطاطى (ويكون حلقى الشكل أيضا)
٣- الهلالى
٤- الغربالى
٥- الهدبى
٦- الفـتونى
٧- الحاجزى

وأما النوع الذى يتـج عنه نزيف ملحوظ حقـاً فهو النوع الحـاجزى، أى نوع واحد من السبعـة أنواع، أى أن هذا النزيف الذى يحكى عنه يحدث فقط فى حوالى ١٤,٥٪ من الفتيات، وهو بالمناسـبة ليس نزيفاً بمعنى تدفق الدماء المرعب كما تظن بعض الفـتيات، ولكنه فقط يكون مرئيا كدم أحـمر لا يشبه

دم الدورة الشهــرية، كمــا أنه يكون أقل لزوجة (أكــثر سيــولة) من دم الدورة الشهرية، وهذا يحدث بسبب مرور الأوعية الدموية المغذية لهذا النــيج (غشاء البكارة) فى مكان واحد فيه مرتكز فى الحاجــز الذى يعبر القناة المهبلية بشكل طولى قاســماً تلك القناة إلى نصــفين طوليــا، وبالتالى، فإنه مــن البديهى أن يحدث انقــسام فى الأوعــية الدموية الطــولية المارة فى داخل النــسيج المكون لغشاء البكارة، وبما أنها مــركزة جميعها فى مكان واحد، فانقــسامها يفرز إذن فتحا فى سياقها مما ينــتج عنه خروج مفاجئ لكميات ملحوظة من الدماء حتى يمر الوقت الذى يكفى لانقباضــها ليــتوقف خروج الدماء منها. إذن، فماذا عن بقية أنواع غشاء البكارة؟

بعض أنواع غشــاء البكارة الأخرى تتمــتع أساسا بفتــحة ليــت قصــيرة، ولذلك فهى تــسمح بحدوث الجــماع وانتــهائه دون أن يحدث قطــع فى نــسيج الغشــاء ذاته، وأبلغ مثل على ذلك هو الغشــاء المطاطى ذى الفتحة الحلقــية، فهــو يسمح بالدخــول والخروج للعــضو الذكرى المنتــصب ولا ينفض إلا مع الولادة الطبيعية، ولذلك فإنه إذا حملت هذه الفتاة وولدت. ولادة قيصرية فإن غشــاء بكارتها لن يحــدث له أى مكروه!!! فمــاذا إذن عن النوع الحلقى غــير المطاطى؟ إن هذا النوع مــثله مــثل النوع الهــلالى، يحــدث قطع تدريجى فى نسيجه مع تعدد مرات الجماع؛ ولذلك فربما يحدث خروج لبعض نقاط الدم التى ربمــا لا تتــعدى عــددها أصــابع اليــد الواحــدة، ويكون ذلك فى أغلب الأحيان تــدريجيا بحيث أن ذلك يتم بشكل مــتكرر عبر مرات الجــماع الأولى المتتاليــة حتى يتم استقرار وضع النــسيج الخاص بالــغشاء على الوضع النهائى

له، ويكون ذلك بوجـود قطع فيه يمتد إلى جـدار المهبل ويبدأ من الطرف المركزى لفتحة الغشاء حيث التمدد الأقصى بسبب الاحتكاك بالعضو الذكرى أثناء الجماع.

أما النوع الثانى وهو الغربالى فهو عبارة عن نسيج شبه كامل إلا من فتحات صغيرة متنشرة فيه تسمح بمرور دم الحيض بالإفرازات المهبلية الأخرى؛ ونظرا لهذه الطبيعة وهذا الشكل السالف الإشارة إليهما، فإن هذا النوع أيضا لابد أن ينتج عنه بعض النزيف الخفيف، والذى هو عبارة أيضا عن بضعة نقاط من الدم الأحمر القانى قليل اللزوجة، ولكن فى هذه الحالة يحدث ذلك مرة واحدة حيث أن فض هذا النوع من الغشاء يحدث منذ اللقاء الجنسى الأول والذى ينهى استمرارية النسيج الذى يكاد يسد القناة المهبلية إلا من الفتحات الصغيرة السابق الإشارة إليها.

أما بالنسبة للنوعين الهلالى والفستونى، فهما متشابهان من حيث الشكل والتركيبة الخلوية إلا قليل من التفاصيل التى لا مجال لذكرها هنا، وهذان النوعان يشبهان القماش "المكشكش" والذى نجد أطرافه مشرشرة، وعلى ذلك فإن فض هذين النوعين يكون عادة مع اللقاءات الجنسية المتكررة؛ أى أنه ليس من الضرورى أن يتم فض ذاك الغشاء منذ اللقاء الجنسى الأول؛ وحتى إن تم، فإنه يفرز نقاط دم قليلة جداً، يحدث كثيرا أن يتم فقدانها فى غياهب القناة المهبلية ذاتها أثناء استمرار الجماع بحيث أحيانا تظهر كإفرازات ملونة فى اليوم التالى للجماع الأول، وتلاحظ فى الملابس الداخلية للعروس، وأحيانا يمر إفرازها مرور الكرام دون ملاحظة أى شئ، ويظل العروسان

معتقــدين أن العروس لم تنزل دماً، وربما يوسوس الشـيطان بما يسوء آنذاك، وربما تقلق العــروس على نفسـها وتظل تبـحث فى تاريخها عمــا قد يكون قد حدث لها فى طفولتها دمر عذريتـها. وأحيانا ما تسـأل أمها وتوسع دائرة القلق لتشـمل أطرافا أخرى وكل ذلك بسـبب الجهل بمـجريات الأمور وبالأسـانيد العلمية لهـذه الحقائق التى يجب أن يعرف عنها العـروسان كل شئ وأكرر كل شئ قبل زفافهما.

وهناك أيضا عوامل أخـرى أكثر شمولـيـة تؤثر فى الدم الذى قد ينتج وقد لا ينتج من الجماع الأول، ذاك أن الفتاة التى تتصف بانخفاض فى ضغط الدم يكون نزفهـا أقل فى احتمــال الحدوث وفى كميـته إذا كان غـشاؤها من النوع الذى لا يدمغـه من حدوث النزيف، أيضــا خوف الفـتاة من الجـماع الأول - وهو شئ دائما ما نجده فى العروس فى مجتمعاتنا - يـسبب انقباضا فى الأوعية الدموية الطرفية بسبب نشاط الجهاز العصـبى السيمباثاوى، مما ينتج عنه أيضا قلة فى احتمال وكمية النزيف الناتج عن فض غشاء البكارة.. أيضا قد يحدث النزيف وربما يكون شديدا بسبب إصابة أماكن وأنسـجة مجاورة لغشاء البكارة بالضرر المباشر الناتج عن العنف فى أداء الجـماع الأول الذى قد يحدث أيضا نتيجة لتوتر العريس الذى يلقى عليه المجـتمع بتلك المسـئولية الرهيبة فى هذه الليلة، فإذا حدث ذلك فإن جيلا بأكمله من الفتيات قد يصاب التشنج العصبى المهبلى اللاإرادى الذى كثرا ما يصيب الفتيــات كنتيجة مباشرة لقصة مثل التى أشرت إليـها، والتى حـتى الآن وبعد أن مرت بضع سنوات علـى بداية القرن الحادى والعشرين، تعتبر مفخرة للفتاة ودليل على عفافها وعذريتها: ولا ننسى

هنا أن نشير إلى أن أصابع الاتهام دائما موجـهة إلى غشاء البكارة فيما يختص بالنزيف الغـزير والآلام الشديدة.. ويعـلم الله أن غشـاء البكارة من كل هذه التـهم براء.. أرجـو أن يكون هذا العـرض لمـا هو غـشـاء البكارة وأنواعـه وخلفياته قد أجاب عن تـساؤلاتكم بخصـوصه.. وفقنا الله وإياكم لما فيه خير دنيانا وديننا.

٥٥٥٥

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته.. أشكرك يا دكتورة على هذا الجهد الرائع وأسأل الله لك التوفيق أما بعد.. أنا محمد (٢١ سنة) غير متزوج، وأنا أقوم بتحليل السائل المنوى من أجل عملية دوالى الخصية اكتشفت أننى أعانى من سرعة القذف، وأنا متأكد.. وأيضا أعانى من سرعة الانتصاب بشكل سريع جدا جداً بمجرد الحديث أو القراءة أو التخيل والعياذ بالله. وبصراحة قرأت أن المراهم من أجل سرعة القذف تفقد فاعليتها بعد فترة من الاستخدام وأن الواقى الطبى يؤثر على الزوجة ويسبب لها أمراضاً مثل الاكتئاب فهل هذا صحيح؟ أما بالنسبة لسرعة الانتصاب التى توجعنى وترهق عقلى فأنا أخجل من نفسى عندما تحدث لى، فهل هى طبيعية؟ وهل لسرعة القذف علاقة بها؟ وما هو العلاج إذا تطلب الأمر؟

أسأل الله لك الصحة والعافية والأجر والثواب والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته..

صديقنا العزيز... إنك ترهق رأسك الصغير بأشياء فرعية كثيرة، ودعنى أفند الآن أسئلتك بشكل أقل ارتباكاً ليتسنى لى الإجابة عنها بشكل يفيدك ويرضيك:

أما عن إصابتك بسرعة القذف، والتى "تأكدت منها" فالظروف التى تأكدت فيها من إصابتك تلك ظروف لا يعتمد عليها، وذلك لأكثر من سبب:

أولا: لأنك شاب حديث السن، وغالبا تمارس العادة السرية، مما يفرز بعض السرعة فى الوصول لرحلة القذف.

ثانيا: أنك كنت تجرى تحليلا للسائل المنوى مما استدعى الانقطاع عن أى ممارسة جنسية من أى نوع لمدة ٤ أيام على الأقل قبل إجراء التحليل، وكلما زادت المدة بين القذفين كما هو معروف، كلما قلت المدة المستغرقة إلى الوصول للمرحلة الثالثة للدورة الجنسية وهى القذف.

ثالثا: أنك كما يبدو مصاب بشئ من التوتر سببته لك إصابتك بدوالى الخصية مما استدعى منك فتح جميع الملفات الخاصة بالوظيفة الجنسية والتى تشغل بالك كثيرا، لأنك فى سن شارفت فيه على الزواج ومن ثم بداية حياتك الجنسية السليمة إن شاء الله، ويمكن أن يكون قد حدثت لك تلك السرعة فى القذف بسبب ذلك التوتر، حيث أن الشحنة الكهربائية تكون زائدة فى الجهاز العصبى برمته بما فيها المراكز الجنسية، مما يفرز سرعة فى كل شئ شاملة سرعة فى الوصول لمرحلة القذف.

رابعاً: أننى كما كررت مرارا من قبل أن سرعة القذف التى تبدأ مع الشاب فى صدر مراحل فتوته وبلوغه يمكن أن تختفى من تلقاء نفسها فى كثير من الحالات مع انتظام العلاقة الجنسية السوية مع حليلته (زوجته) بشكل سلس ودون عناء التفكير فى المشكلة ولا اللجوء لأى من العلاجات المعروفة.

أما عن مسألة سرعة الانتصاب والاستثارة، فقد فردت فى مقال سابق إجابة تفصيلية عن مشكلة مشابهة بعث إلينا بها أحد الأصدقاء بسبب إصابته بنفس هذه الحالة التى أفرزت ذات الشكوى، فارجع إلى هذا المقال وراجع الإجابة التى أجبتها عليه.

بقى مسألة علاجات سرعة القذف، وهى كما سردت بعض المستحضرات الطبية، والواقى الذكرى وأشياء أخـرى، وهنا أقول لك أن التغلب على سرعة القـذف يكون إمـا بشكل مـؤقت وعرضى، أو بـشكل نهائـى وجذرى، أمـا المراهم والسبـراى فهى عبارة عن مخـدر موضعى يلهى النهايات العصـبية فى جدان الـعضـو الذكرى عن الشـعور بالاحـتكاك، ممـا يؤخر توصـيل التـيار الكهربائى إلى الجهاز العـصبى، وبالتالى يطيل الدورة الجنـسية بالتبـعية، وأما الواقى الذكرى، فأيضـا يحول دون شعور النهايات العصبـية بالاحتكاك ولكن بشكل ميكانيكى؛ مما يؤخر الإحـساس أيضا بالإثارة وبالتالى الاستجابة الحسية (القذف)، وهى حلول دائما ما تكون مؤقتـة وليست نهائية ولا جذرية، فضلا عن أنه فى بعض الأحـيان أيضـا توصف بعض الأدوية التى تؤخـذ عن طريق الفم، وهى الأدوية المـضـادة للاكتـئـاب، ولكن تأثيـرها أيضا يـكون غالبـاً محـصورا فى المـدة التى تؤخذ فـيهـا، وتعود الأمـور إلى سابق عهـدها مع التوقف عن أخذها، أمـا عن العلاجات الجذرية فهى بعض التمـارين الجنـسية التى تزيد من التوافق العضلى العصبى مما يتيح الوقت الكافى لكل مرحلة من مراحل الدورة الجنـسـية كى تكتمل فى الصـورة المثلى لها، وهذه التـمرينات تؤتى أكلها تقريبا فى ١٠٠٪ من الحالات إذا تم اتباع التمارين والمواظبة عليها بدقة شديدة، ويسـتغرق العلاج من هذه الحالة من ٤-٦ أسـابيع تعود الأمور بعدها إلى النتيجة التى ترضى طرفى العلاقة الجنـسية (الزوجين) على حد سواء بإذن الله.

وأخيـرا أقول لك يا صديقنا العـزيز الآن انشغل بنفسـك وبنـتيجة عـملية

دوالى الخصية، التى ندعـو الله لك جميعا أن يتمهـا عليك بكل خير وأن يتم عليك الشفاء والعافيـة فى بدنك ودينك دوماً، واعلم أن لكل مشكلة حلا بإذن الله، ولكن كل شئ له أوانه المناسب الذى يصلح فـيه مناقشتـه وإيجاد حلول له.

○○○○

ممارسة الجنس مع الزوج، هل يشترط وجود الحب من الطرفين كل منهما للآخر حتى يصلا إلى المتعة الحقيقية؟

أختى العزيزة.. حين سن الله العلاقة بين رجل وامرأة كعلاقة زوجية، ذكر لنا ما يجب أن يسبغ عليها: "المودة والرحمة"، ومن قبلهما السكن، وكان يمكن أن يقول الله تعالى "حبا ورحمة"، ولكن لعلمه تعالى بشئون خلقه، فقد سبق إلى علمه عز وجل أن المودة والرحمة يكفيان، ففيهما عظيم الفائدة؛ وهما يقودان بدورهما - إذا إلى ترقيق القلوب، مما يفرز بعد حين حبا عميقا وكبيرا وعظيما بين الزوجين فتكتمل هكذا المنظومة الزوجية بجميع جوانبها.

وعودة لسؤالك يا صديقتنا العزيزة فأقول ذلك أن وجود الحب ليس شرطا لوصول كلا الزوجين للمتعة معاً، ولكن وجود الصفاء النفسى والارتياح والقبول هو الشرط لكليهما للوصول إلى تلك المتعة؛ وأيضا وجود الحد الأدنى من الثقافة الجنسية التى يتيح لكل منهما معرفة احتياجات الآخر من العلاقة للعمل على إيصالها إليه هو أيضا حجر زاوية فى نجاح العلاقة الجنسية بين الزوجين. وفقك الله وكل من هن مثلك فى الوصول إلى سعادة الدنيا والآخرة.

أنا أشـعـر برعـشـة فى المنطقـة مـا بين فـتـحـة العـانة وأسـفل الخصيتين، وهذا الشعور يصاحبه حرقان شديد عند التبول، فهل هذا سببه كثرة الممارسات الجنسية؟ أم أنـه بسبب آخر، مع العلم أننى أعانى من صديد على الكلى..

صديقنـا العزيز.. لقد قلـت أنك تشعر بهـذه الرعشـة التى تصفـها فى المنطقة ما بين فتحة الشرج ومكان منبت العـضو الذكرى من الجسـم، وأعتقد أن هذا ما تقـصده "بفـتحة العـانة"، فإذا كانت هذه هى شكـواك فإنه يكمل صورة إصابتك بالتـهاب فى مجرى البول والتى من أعراضـها وجود صديد فى البول، والذى سميته أنت صديد على الكلى؛ ولكن هذه الحالة لها علاج ومن الخطورة بمكان أن نتـركهـا دون علاج حيث تـسـتفحل الأمور وتـزيد سوءاً، فاذهب يـا صديقى للفـحص لدى أحد الأطبـاء المتـخصصـين فى المـسالك البولية، وقم بإجراء الفـحوص التى ينصحك بها، وستصيـر الأمور إلى الخير بإذن الله، ولكن دعنا نأخذ بأسباب الشفاء حتى يكتب الله لك العافية والشفاء من كل داء. متعك الله وجميع الأصدقاء بالصحة والعافية.

متى يعرف الولد أنه بلغ جنسيا؟

إن البلوغ يبــدأ عند الفتى قبل حـدوث الاحتـلام بوقت ليس بالقصــير، فهناك مقدمات كـثيرة للبلوغ، مثل زيادة معدل النمو الجســمانى، وبداية تغير الملامح وخـشونة الصوت، وبداية ظهور الشـعر فى مناطق الجسم المخـتلفة مثل الإبط والعانة والشارب واللحية، كما يبدأ العضو الذكرى فى شكل وحجم أكبر من ذى قبل، وتحدث كل هذه التغيرات تدريجيا بحيث تظهر الواحدة تلو الأخـرى على مـدى شهـور طويلة قـد تصل إلى السنتين؛ وفى خـتـام هذه الأحـداث يحدث الاحـتـلام للفـتى لأول مـرة؛ ولذلك يجب أن تكون هذه التغيرات تنبيهاً للوالدين وللفـتى ذاته أن الحدث المسمى بالاحتلام على وشك الحدوث؛ وبالتالى فلابد أن يتم تجهيز الفتى من ناحية الثقافة الجنـسية الأولية المبــسطة بخصوص مـاهية الاحـتلام وطبيـعته وكـيفيـة حدوثه والملامــسات المحيطة به مـثل الأحلام الجنـسية وتأجج الشـهوة وغيرها، وأيضـا بخصوص كيفية التصرف حيال هذا الأمر من حيث إعلامه أن هذا ثبوت للبلوغ والتكليف منذ ذلك الحين، ومن حيث وجوب الاغـتـسال وكيفيتـه حتى تتسنى له القدرة على مواصلة العبادات والطاعات، والتى توجب الاغتـسال من الجنابة.

متى يتوقف نمو العضو الذكرى عند الذكر؟

إن العضو الذكرى (القضيب) هو كسـائر أعضاء الجسم، يزيد فى الحجم منذ الولادة (وهى بداية مـلاحظته) وإلى حـين؛ ونمو الأعـضاء يتـوقف عند توقيتات تخـتلف عن بعضها البعض؛ فهناك ما يتـوقف قبل البلوغ، وهناك ما يتوقف بعد البلوغ، أما بالنسبة للعضو الذكـرى فهو يتوقف بعد حدوث جميع علامات بلوغ الذكر، وأكرر بعد حـدوث جميع العلامات.. أقول ذلك لأننى تذكرت بهذا السـؤال زيـارة قامت بها أم بصحبة ابنها البـالغ من العمر ١٥ سنة إلى عيادتى، شاكيـة من صغر حجم العضو الذكرى لابنها؛ وحـين سألته عما إذا كان قـد حدث له الاحـتلام أم لا، أجـاب بالنفى؛ وقد كـنت متأكـدة من الإجابة قـبل أن أسأله حيث أن نمـوه الجسمـانى والعلامات السـابق ذكرها، والمسماة بعلامات البلوغ الثـانوية لم تكن قد حدثت بشكل كامل بعد؛ وعلى ذلك فقـد تعجلت هذه الأم وتعجل هذا الفـتى السؤال؛ ولو صبرا شـهوراً أو ربما أسابيع قليلة لكانت العـلامات الثانوية قد اكتملت بما فـيها النمو الكامل للعضو الذكرى، والذى يتوجها حـدوث الاحتلام كما سبق وأشرت.. ولذلك أنا أعتقد أن كاتب هذا السـؤال والذى سبـقه (وهو نفس السـائل) هو فتى صغير السـن دون مرحلة البلـوغ، ولكنه يستعـجلها لما فـيها من عـلامات دالة على الرجولة التى يصبو إليها هو ومن هم مثله من حيث السن والاهتمامات.

فلا تـستعجل يا صـديقنا العزيز، فـالبلوغ آت لا محـالة بإذن الله - أما الرجولة فليس لهـا سن معين وربمـا كان فتى مـثلك أكثر رجـولة، من حيث

الصــفات والأخلاقــيات - من رجل يقــال عنه كذلــك لسنه أو لتلك المظاهر الخشنة التى يتمتع بها.

○○○○

✉ أنا متـزوج من شهرين ولكن لا أشـعر بالمتـعة مع عروسى كـما كنت أتوقع، وذلك كما أتصور للأسباب التالية:

١- خجلها الشديد.

٢- لا تتجرأ على تقبيلى أبدا وأنا أعاشرها

٣- لا تتفاعل معى أبدا ولا يظهر عليها أية متـعة أثناء علاقتنا الحميـمة .

الرجاء الإفادة يا سيدتى وشكرا..

✍ ✍ ✍

أيها العريس الصديق..

أولا: ألف مبروك للزواج المبارك، وندعـو الله لك جميعا أن يكتب لك المتعة الحلال وسعادة الدنيا والآخرة.

ثانيا: فدعنى أجيب عن أسئلتك التى تحيرك.

١- بالنسبـة لخجلها الشديـد الذى تشير إليه، فـهو حياء الأنثى، وحـياء البكر الشهـير تحديدا، ذلك هو مـضرب أمثال العـرب قديما، حتى أن حـياء الرسول ﷺ شبه بـ "حياء البكر"، فلك أن تصبر عليها فى هذه الناحية وتكثر من الحديث إليها عن وجوب زوال هذا الخـجل بينكما، وأن بقاءه يسيئك ولا يعجبـك، وأن المسافات بينكمـا يجب أن تتلاشى، وأن الخجل والحـياء بين الزوجين لا ينتج عنه إلا التبـاعد النفسى بينهما، فإذا فعلـت ذلك بطريقة طيبة ولينة وعاطفية، فستجد منها استجابة، ولكن ربما تكون متدرجة.

٢- أما بالنسبة لعدم تفاعلها واستمتاعـها بالعلاقة الحميمة بينكما، فإنك تستعـجل الأمور جدا يا صديقنـا الشاب العزيز، فإذا راجعـت مقالات الدورة الجنسية ستـعرف أن الفتاة يصعب عليها التعـرف على الطريقة التى يمكنها بها أن تستمع مع زوجها إلا بـعد إلمامها ببعض الثقافة الجنـسية، وتشجيع الزوج لها على محاولة إمـتاعه والاستمتاع به، وتـعليمه لها كيفيـة المداعبات وإثارة انتباهها إلى ما يصـحب ذلك من عمليات حيوية تحدث فى جسمـها وإعلامها أن هذه هى عـلامات الاسـتثـارة الجنسيـة؛ وكذلك بالـنسبـة لتقـبلها للقبـلة الزوجية . . فاصبر يا صديقى صبرا جميلا، فإن ذلك كله طبيعى فلا تقلق.

⭘⭘⭘⭘

✉ **Hello Dr. Heba**

I would love to ask you about the q. spot where exactly can I find it?

My wife is always saying that I lose her G-spot during intercourse so as I have to go first half the way to touch and rub it. But, still I can't find it?

I would also like to know about your view about breast in sex ، and how strong is nipple licking can turn women on?

N.B. My wife is a Moslem American woman. Thank you.

✍ ✍ ✍

هذه الرسالة كـما يبدو أتت من أحـد الأصدقاء المصـريين المقيـمين فى امريكا وهو متزوج من أمـريكية مسلمة كما جاء فى رسـالته؛ أما للإجابة على أسئلته فـأختصر مـحتواها ثم أجيب عليـها حتى يتسنى للكل الاسـتفادة من السـؤال والجواب بإذن الله.

١ . السـؤال الأول عن نقطة G والتى يعتقد أنها النقطة الرئيسـية للاستمتاع الأنثوى الداخلى (للوصـول للشبق المهبـلى) وهنا أقول له أن هذه النقطة هى مسماة بهـذا الحرف نسبة إلى أحد أطباء أمراض النسـاء الألمان واسمه Gra-fenburg وهى مجرد نظرية علميـة اقترحها هذا الطبيب وليست حقـيقة واقعة

كــما يظن الكثــيرون، وقــد اســتند هذا الطبيب فى نـظريته على اعـتقــاده أن الالتهــابات العصبيــة الموجودة فى جدران قناة المــهبل هى مركزة بشكــل شبه كامل فى هذه المنطقة المــسماة بـ G-spot والتى تقع - بناء على وضعه على بعد حوالى ٤-٥سم عن الفتحة المهبليــة الخارجية فى الجدار الأمامى للمهبل ولكن النظرة الطبيــة لهذا النظرية لا تتخطى كونهــا نظرية، ذلك لأن الأبحاث المتتالية فى العقود التالية لبزوغ هذه النظرية أثبتت أن مناطق الاستمتاع الأقصى تختلف من امرأة لأخــرى وغير ثابتة عند هذه النقطة، فهناك من يسـتمتعن من الجدار الخلفى للقناة المهبلية، وهناك من يستمتعن من الجدران الجانبية، كما أن هناك من يسـتمتعن أيضا من الجدار الأمامى، ربما يكون ذلك عند G-spot أو فوقــها أو تحتــها، ولكن شــهرة G-spot جاءت لأن زاوية دخول الـعضو الذكرى أثناء الجماع، وأيضا وجود نقطة التلاقى العظمى بين عظمتى الحوض فى مكانها فى الجســم، يجعل أن منطقة الـ G-spot تكون منحصرة بين قوتين ضاغطتــين، إحداهما أمــامها العظام والأخــرى خلفها القــضيب، ممــا يجعل النهايات العصبية الموجودة فيــها تستثار بشكل مزدوج. . وأعود فأقول أن هذه ليست مــسألة ثابتــة عند كل النــاء، فالــمعطيات قــد تختلف ممــا يؤثر على النتائج.

وهنا لا يفوتنى أن أقــول أن زوجتك يا سيدى العزيز قــد تكون مــتمــتعة بالفعل ولكن بسبب توقــعها أن هناك G-spot وأن الاستمتــاع الداخلى يشبه الاستمتاع والشبق الخارجيين، قد تكون غــير قادرة على تعريف استمتاعها ذاك على أنه اســتمتــاع، فهى لا تنتــبه له، ولا تلتــقطه من بين وجدانهــا، بسبب

انشغــال ذهنها بقضــية انتظار شعــور آخر لن يأتى أبدا. . فلتــخبرها يا ســيدى العزيز بهذه الحقائق العلمــية ودعها تفرغ ساحة ذهنها لاستــقبال ما يحدث من انفعالات وتقيس عليــه استمتاعها فيمــا بعد، وليس على شئ وهمى لم تشعر هى به قــبــلا أبدا، وهو فى الأصل شئ افــتــراضى ونظرى ولا يشــمل كــونه موجوداً وراسخاً عند كل الناس كما يظن معظمهن، بل ومعظم الرجال أيضا.

٢- السؤال الثانى كان عن مداعبة ثدى المرأة ومدى كم الاستثارة لها من جراء هذا النوع من المداعبة.

وهنا أقول لك يا سيدى أن هناك نقطتين هامتين بهذا الخصوص:

النقطة الأولى: إن الإحساس بالإثارة الجنسيــة المنقول عن طريق مداعبة الثدى هو ذات الإحســاس بالنسبة للذكر والأنثى؛ ذلك أن الفــرق فى التركيب التشريحى بين الجنسين هو فقط فى تــطور ونمو الغدد اللبنية فى الثدى، والتى تنمــو عند المرأة لأنهــا الطرف الذى سيــرضع وليدها، ولذلك فــإنه يجب أن يصبح الثــدى جاهزاً لوظيفــته القادمــة عند الأنثى وذلك بمســاعــدة هرمونات الأنوثة التى يفرزها المبيض قبيل وصول البلوغ؛ أما بالنــسبة للأحاسيس بالإثارة الجنسية فــالمسئول عنها هى النهايــات العصبية الموجــودة فى حلمات الثديين وهذا هو الشئ الثابت بالنسبة للجنسين.

النقطة الثانية: إن الاســتثارة الناتجة عن مداعبة حلمــات الثديين هى جزء من القالب الجنســى الثابت لكلا الجنــسين (راجع مقال القوالب الجنسية) ولكن مدى وكم الاستمتاع وبالتالى كم الاستــثارة الناتجة عنه فى كلا الجنسين، فهذا هو الشئ الخــاضع للقــالب الــجنسى المــرن لكل شــخص - راجع القــوالب

الجنسية - أى أن الأمور لا تخضع لقوانين ثابتة يا صديقنا العزيز، ولكن تخضع للميول الشخصية لكل من الزوجين فى الطريقة المفضلة له ليشعر بالرضا والاستمتاع الجنسيين ويسرى هذا الحديث وهذه الحقائق الثابتة على كل طرق الإثارة بين الزوجين، سواء الإثارة اليدوية أو الإثارة الفموية كما اشتمل سؤالك يا صديقنا.

أما عن ملحوظتك عن أن زوجتك أمريكية فهذا لا يشكل فرقا فى هذه الأشياء، فكونها مسلمة وقطعا هى فتاة ملتزمة فذلك يدخلها فى زمرة الفتيات اللاتى يجهلن عن الجنس أكثر مما يعلمن، وبذلك تكون المشكلة هى ذاتها سواء كانت الزوجة أمريكية أو مصرية أو عربية أو أعجمية أو أى شئ آخر.. ولقد لمست بنفس هذا التطابق فى شكاوى العلاقات الجنسية لدى المنضبطين بين الحالات التى أناظرها فى مصر وتلك التى كنت أسمع التقارير الطبية عنها من زملائى المتخصصين فى العلوم الجنسية فى الولايات المتحدة وأيضا فى أوروبا وخاصة فى ألمانيا بالرغم مما تشتهر به ألمانيا من إباحية جنسية، ولكن فى كل المجتمعات يوجد الالتزام واستنكار الخطأ وأيضا مشاكل عدم الإلمام بالثقافة الجنسية الكافية لدى الأزواج المعتدلين الملتزمين، مما يفرز نفس الاستفسارات والتى أحيانا ما تنقلب إلى مشكلات مستفحلة حين لا يتم علاجها المبكر.. سيدى. بارك الله لكما وعليكما وجمع بينكما دائما فى خير بإذنه تعالى - إنه نعم المولى ونعم النصير.

❂ ❂ ❂ ❂

✉ دكـتوره هـبة.. السـلام عليكم ورحـمـة الله وبركـاته.. أطال الله عمرك وأكثر من أمثـالك.. عندى سؤال هو: فارق السن الذى يزيد على سنتين بينى وبين زميلتى التى أنوى الارتباط بها بإذن الله يقلقنى كـثيرا، حيث أنها هى الأكبر.. فهل سوف يؤدى ذلك إلى مشكلة لا قدر الله مستقبلا إذا تم الارتباط، حيث أننى أبلغ من العمر ٢٧ عاما وهى ٢٩ عاماً.. أرجو الرد السريع وشكراً..

أيهـا الصـديق العزيز.. إن اللـه يا صديقنـا هو الذى يؤلف القلوب وإن الفكر الذى تتـحـدث أنت من منطلقـه هو منطق وضـعى قد تواجـد نتـيجـة إسقاطات ثقافية واجتماعية لا تستند لا إلى علم ولا إلى دين، وإنى لأتساءل، ما علاقة كـون الزوجة أكبر من زوجها بالتـفاهم والراحة النفسـية بينـهما؟ فهل يجب أن يطلع كل منهما على بطاقة الآخر وخاصة تاريخ ميلاده قبل أن يعطى الضوء الأخضر لمشاعره تـجاهه؟ وهل تضمن أنت يا صديقى العزيز أن تقابل من يرتاح لهـا قلبك وتكون أصـغـر منك وكـاملة الأوصاف من وجـهـة نظر المجتمع والناس؟

وهنا، ومن موقع التـخصص أقول لك يا صديقنا أنه لا توجـد أية قوانين تحكم ضـمـان السـعـادة الزوجية إلا توفـيق الله سبحـانه وتعالى واتبـاع أوامره ونواهيه؛ وطالما كانت السعادة هى شئ غيبى بيد الله سبحانه، فيجب علينا أن نطيع ونخلص النية لله، ثم به التوفيق، ثم ألم يخـطر ببال أحدنا لماذا الزيجة الأولى للرسـول صلى الله عليه وسـلم، والتى كانت زيجـته الرئيـسـيـة والتى أنجب منها مـعظم ذريته، والتى لم يحب أحدا فى حـياته مثلما أحب زوجـته

السيدة (خديجة) حتى أنه ظل يحبها بـعد مماتها وحتى وفاته، ولا يقولن أحد أن ذلك لأنه هو الرسول وأن ما يسرى عليه لا يسرى على البشر كما يقول لى البعض أحيـانا، ولقد حسم الله سبحــانه وتعالى هذه المقولة فى كـتابه العزيز حين قال: "لقـد كان لكم فى رسول الله أسوة حسنة" . . ثم يا صديقى إنك تتحدث عن فارق ضئيل فى السن لا يخضع أساسا لتلك المخاوف التى تتداول بين الناس ، فـما بال الفـروق الكبـيرة مـثل ذلك الفرق بين رسـول الله ﷺ والسيدة خديجة رضى الله عنها!! فتـوكل على الله يا صديقى بعد أن تستخير الله سبحانه وتعالى، وبعد أن تقارن اختيارك بالأسس التى وضعها الله وأوصى بهـا رسوله الكريم ﷺ لذلك؛ ولنلحظ جـميـعا أن مــسألة فـروق السن بين الزوجين لم ترد لا فى مســألة اختيار الفتـاة لزوجها ولا لمسـألة اختـيار الشاب لزوجته، ولكن للأسف صارت الإسـقاطات والموروثات الاجتماعية والثـقافية تحكم اخيـتاراتنا دون الثوابت الدينية وهى الأحـرى بالاتباع بحكم أن الله هو خالقنا وهو الأعـلم بنا وباستقـرار حالاتنا النفسـية. . وليكن هذا مـبدؤك فى الحياة يا صديقى؛ فـالثوابت الوحيدة فى حياتنا هى فـقط الثوابت الدينية، أما سوى ذلك فـهى دائما متـغيرات حـسب المكان والزمان والظروف والثقـافات والموروثات . . وفقك الله يا صديقى العـزيز وأتم لك زيجتك بالخير، ولكن إياك وإياك يا صديقى أن تعير زوجتك يومـا بكونها تكبرك، فإذا ارتضيت ذلك فلتغلق هـذا الموضوع ولو مع نفـسـك، حيث أن تذكيـرك إياها قد يكون فـيه جرح لها ولكرامـتها لأنها للأسف نشـأت فى ظل نفس تلك الموروثات التى تنظر لهذه المسألة بـحساسية شديدة. . وعليك أن تفضى على هذه الحــساسية وليس العكس.

✉ أنا عندى ٢٦ سنة، مطلقة وعندى بنت والحمد لله على قدر من الجمـال وأنا مخطوبة لواحـد أكبـر منى بـ ٢١ سنة ومطلق أيضا وعنده بنتين، بس هو مسن مـحسـسنى بفرق السن ده، لأنه فـعلا بيتـعامل مـعايا بسن ٢٨ - ٣٣، بس كل اللى حـواليا يخوفـونى من فرق السن ده من الناحـية الجنسـية.. أرجو الإفادة لأنى فعلا محتارة ومكسـوفة ومش عارفة أسأل مين؟؟!!!!

✍ ✍ ✍

سيدتى العزيزة. . . إن المخاوف التى تحيط بهذا الموضوع يا سيدتى هى مخـاوف من انخفاض الـنشاط الجنسى لدى الرجل بعـد سن معين؛ وخـاصة وأنك شابة فى مقتبل العمـر، مما يقلق من حولك ألا تحصنى بزواجك أو أن يقصـر هذا الزوج فى حقوقك من ناحيـة العلاقة الحـميمة فـتتعرضـين للفتنة بـسبب عدم اسـتيفاء احتيـاجاتك العاطفيّة من علاقـتك الخاصة بزوجك، ولا أقول أنهم ظالمون فـى ظنونهم تلك، كما لا أستطيع أن أقـول أنهم منصفون أيضا، ولكن كالعادة، هى آراء متفرقة يتبرع الناس بالإدلاء بها دون سند علمى بـسبب ظلمـة هذه المنطقة وبعـدها عن نطاق الثقـافة المسـتنيرة لدى العـامة، ولذلك فإنى ألتمـس لهم العذر دون الحق. . وكما تعودنا سـويا، دعونا نرفع النقاب عن الأسـس العلمية لهذا الموضوع.

إن القدرة الجنسية لدى الرجل هى الترجمـة العينية لقدرة الدورة الجنسية على الحدوث والاكتمال والتكرار، أى أننا إذا أردنا أن نقر أو نقيمّ قدرة الرجل الجنسية فعلينا معرفة مـدى ارتفاع منحنى الإثارة الجنسية عن حالة الخمول أو "للإثارة"، والتى تتـرجم إلى صلابة العـضو أثناء الانتصـاب، وأيضا مـعدل

تكرار الدورة الجنسية، أى قدرة هذا الرجل على إتمام عـلاقة جنسية كاملة مع زوجته على وجه طبيعى ومرضى ولا ضعف أو عجز فيه. . إذن فماذا عـساه أن يصيب الرجل من ناحية قدرته الجنسية من النقطتين السابق الإشارة إليهما؟!

إن الشئ الذى يتأثر بالعمر هو معدل القيام بالعـلاقة أكثر كثيرا من القدرة الجنسية ذاتهـا (صلابة الانتصاب)، وهذا بشكل عـام؛ أى أن هذه هى القاعدة وبالطبع: لكل قاعدة شواذ.

إن هذا الانخـفـاض يرجع لأكـثـر مـن سـبب كـمـا ورد فى الأبحـاث المتخصصة ومنها: أن الوظيفـة الجنسية مثلها مثل أى من وظائف الجسم تقل من حيث القـدرة والكفاءة مع التقـدم فى العمر وإن لم يكن العـمر متقـدما، فمـثلا الشاب ذو العشـرين سنة يستطيع أن يأكل كمـية كبيـرة من الطعام دون مشـاكل أكثر كثـيرا من مثيلة ذى الخـامـسة والثـلاثين بالرغم من كون الاثنين شباباً.

أن هرمون الذكورة وهرمون النمو يقـلان تدريجيا بعد سن الثلاثين ولكن تبقى الوظائف المنوط بها القيام بها على وجه شـبه كامل ربما لما بعد الستين وأحـيانا أكـثر من ذلك. ولا ينفى ذلـك وجود اسـتثناءات سـواء بالسلب أو الإيجـاب حـسب بعض العـوامل منها الداخلى اللاإرادى أو الخـارجى الإرادى مثل:

الداخليـة (اللاإرادية) : عوامل الوراثـة أو الأمراض التى تؤثر فى القـدرة الجنسيـة أو لا قدر الله الحوادث التى تصـيب الأعضاء الجنسيـة أو الحالات النفسية التى تثبط الرغبة مثل مختلف أنواع الاكتئاب. .

الخارجـية (الإرادية): مثل التـدخين أو شرب الـخمر (والعـياذ بالله) أو تناول أى من المكيـفات أو بـعض العقـاقيـر لمـدد طويلة أو كثـرة الإثارة أو الإباحية الجنســية مما يؤثر سلبـا فى القوالب الجنسية - انعـدام أو قلة الرغبة وبالتالى القدرة الجنسية. وعلى ذلك يـا سيدتى يتضح لك أنه لا قانون يحكم هذه المسـائل، وطالما أحسنت الاختيار من حيث الدين والخلق، فتوكلى على الله بعد أن تستخيريه سبحانه وتعالى وأعلمى إن الله لا يخزى المؤمنين.

أنا سيـدة عمرى ٢٥ عامـا، متزوجة منذ عـامين ونصف ولى ابنة، تم الحـمل أول الزواج وكنت فى حـالة جيدة ثم بدأت أشـعر بتأخـر الإثارة الجنسـية أثناء الجمـاع، واستـشـرت الطبـيبة فـقالت أن هذا نـتيجـة هرمونات الحـمل وهو أمر طـبيـعى، وبعـد الولادة لا زالت الشكوى قـائمة؛ وبالرجـوع للطبيـبة قـالت أن هرمونات الحـمل مثل الإرضاع، وقـالت أخرى بأنهـا حالة نفـسية ولا دخل للهرمونات بها.. أرجو الإفادة.

سيدتى العزيزة..

هذه فرصة جيـدة لنتحدث سويا عن ماهية الرغبـة الجنـسية والعوامل التى تؤثر فيها بالسلب أو بالإيجاب.

إن الرغبة الجنسية يا سيدتى هى مـسألة روحانية بحتة، وما من إنسـان على وجـه الأرض يملك ذلك المـفتـاح الســحـرى الذى يمكنه به أن يوقـدها أو يطفئـها، وليكن ينحـسر التـصرف فـيها إراديا على مـحاولة اسـتدعـائها أو استـحضار ما يحـدثها، وهذه فرصـة جيدة لنحـذر من الإعلانات عن الأدوية والمـستحـضرات التى تدعى زيادة الرغبة سواء عند الرجل أو المـرأة؛ فالشعور والإحـساس والحب والـكراهية والسـعـادة وراحة البـال وكل هذه المـؤثرات الروحانية ليست بيد البشر، ولنقرأ معا الآية (٨٥) من سورة الإسراء حيث قال الله تعالى ﴿ وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُم مِّنَ الْعِلْمِ إِلاَّ قَلِيلاً ﴾. وهنا يحـسم الله تعالى قـضية الأحـاسيس والروحـانيات ويحـيل أمرها له وحـده سبحـانه وتعالى، أمـا بنى البـشر فـلا يملكون إلا

جوارحهم (أعضاءهم) للتصرف فيـها عودة إلى حالتك يا سيدتى فإنى أقول أن رغبتك الجنسية هى شئ تلقائى ينسـاب تدريجيا أثناء اللقاء العاطفى بين المرأة وزوجهـا، ولكى يحدث هذا الانسيـاب، لابد أن تكون المرأة مـرتاحة نفسـيا أولا، وبدنيا ثانيـا، وأن يكون زوجها على علم بكيفيـة إثارتها وماهيـة دورتها الجنسـية (راجع مـا سبق أن ذكـرناه عن الدورة الجنسـية لدى المـرأة)، وأن يمنحها الوقت الكافى لاستحضار شهوتهـا، ثم لحدوث رغبتها، ثم لمـتابعة تصـاعد هذه الرغبـة، ثم للوصول للشـبق، أمـا أثناء الحمـل فقـد تتسـبب الهرمـونات التى تفرز أثناء الحمل فى تغـير الاستعـداد النفسى لتقبل الشـهوة الجنسـية أو بزوغ الرغبة، والكثير لا يعلمون أنه أحيانا يكون هذا التغير إيجابيا، أى أن المرأة الحامل أحيانا ما تكون أكثر رغبة وأكثر قدرة على الاستثارة وأكثر طلبا للقـاء الحميم مع الزوج وأكـثر استمـتاعاً به، أى أن الحمل المـتهم فى معظم الأحيان بإطفـاء شعلة الرغبة، هو من هذه التهمة براء بل أحـيانا يتسبب فى العكس؛ وهذا لا قانون له، فلا يوجد إنســان مثل الآخر، ولا يوجد امرأة مثل الأخرى، ونعود فنقول أن هذا من إعجـاز الخالق العظيم. ولكن فى كل الأحوال يمكن للمـرأة الحامل إذا كانت محبـة لزوجها ومقبلة عـليه أن تتعلم كيف تستـحضر هذه الرغبة التى اختبأت (وليس اختـفت) ليكتمل استمتـاعها بزوجها واستمتاعه هو بها.

أما بعـد الولادة فالأمـر يختلف تمامـا، وهذا الاختـلاف لابد أن يحدث ولكن بنسب مختلفة حـسب معطيات كثيرة؛ فمـثلا الطفل الأول تكون الحياة مختلفـة تماما قبل وبعـد مجيئـه، أما الطفل المتكرر فالأمـر بعده أقل سوءاً،

فبعد ولادة الطفل الأول تصبح المرأة أما لأول مرة فى تاريخها، فتنــاب غريزة الأومــة بداخلها لتغطى على جـميع الغرائز الأخـرى، وتعتقـد هى خطأ أنها معذورة فى هذا الشئ، كما تعتقد خطأ أيضا أنه يحدث رغما عنها ولا تصرف حياله، وبالتالى فهى تســتكر فى أغلب الأحيان موقف الزوج الرافض لذلك، وأحيـانا ما تتـهمه بأنـه لا يقدر ما تشـعر به ولا يحب طفله بالقـدر الكافى، ولكنها مخطئـة فى هذا الشئ بالطبع، وربما أنت من هذه النوعيـة يا سيدتى، فقد استـسلمت ذهنيا لكون الرغبة تقل (بطبيعتـها) أثناء الحمل وبعد الولادة، فتوقفت عن بذل الجهد لاستعادة نشاطك الجنسي الأول مع زوجك، وأقصد بهذا الجـهد هو القدرة على اسـتحضــار رغبتك فى زوجك، ولكنك اخـترت الطريق السـهل يا سيدتى وقد عزز عـقلك الباطن هذه الفكرة بسبب غلبة غريزة الأمومة بداخلك. .

إذن فيـا سيدتى، لا علاقـة بين ما أنت فيـه الآن وبين كونك مرضـعة، فتوكلى على الله يا سيدتى العزيزة وابذلى كل مـا فى وسعك لاستعادة حالتك الأولى ممـا سينعكس عليك وعلى زوجـك بالإيجاب فى حالتكمـا المزاجـية العامة، وبالتالى تتـــم أسرتكما الصغيرة بالسعـادة وتتربى ابنتكما فى ظل بيت دافئ ملئ بالمشاعر الإيجابية والرضا النفسى.

أنا معجبة جدا بهذا البـاب وبمعلوماته القيمة.. أنا عندى ٢٨ سنة وزوجى عنده ٣٧ سنة يعنـى فى عز شبـابنا، ومتـزوجـة من ٥ سنوات وعندى بنتان، وسؤالى هو أن زوجى يطالبنـى بأوضاع جنسية جديدة وتغيـر فى العلاقة إلى الأحـسن، وأنا مـعـرفش أعـمل إيه ، وهو يقـول لى أن أعـبـر عن نفـسى بالصوت والنظرات والكلام وانا معرفش الحاجـات دى خالص، أنا مترببة فى بيت به ٥ بنات ولا يوجد ولد، ومعرفش أسأل حـد عن هذا التغيير الذى يطلبه زوجى، فأرجو المشورة.

سيـدتى وصديقتى العـزيزة. . لقد سبـق بيان الله سبـحانه وتعالى رغـبة زوجك تلك فى سورة البقرة فى الآية ٢٢٣ فى قـوله تعالى ". . فأتوا حرثكم أنى شئتم". . إن الإنسـان يا سـيدتى ملول بطبعه، ويسعى دائما للتغـييز حتى يجدد نشاطه الذهنى والبدنى، فما بال مـا يحس أكثر الغرائز تحكما فى الحالة المـزاجية والسـلوكيـة للإنسـان؟ وأنا لا أفـهم يا سيـدتى لماذا لا تسـتطيعـين الاسـتجـابة لزوجك؟ وما عـلاقة عـدم وجـود أخ لك فى المنزل بذلك؟ إن زوجك قـد تطوع مـشكورا وطلب إليك كل مـا يريده منك حـتى تحـصنيـه وتعصيمه وتقيه شر الوقوع فى الفتن؟ فإذا كانت المشكلة فى كيفية قيامك بهذه الأشـياء فـهى لا تدوّفـيى "كتـالوج" محـدد لهـا، وليـس عليك الآن إلا أن تحاوريه بصـراحة تامة وتسـألينه عن الكيفيـة التى يفضل أن تقـومى بها بتلك الأشيـاء التى ينشدها فى علاقـته بك، فتلك الطريقـة أيضا خاضعـة للقوالب الجنسـية (راجعـى مقال القـوالب الجنسـية)، وتأكـدى أنك يا سيـدتى إذا ما

أطلقت لفطرتك العنان آنذاك ستــستمتعى أيضــا بعلاقتك الحمـيمة مع زوجك بنفس القدر وربمــا بقدر يربو على استــمتاع زوجك ذاته. واعلمى يا سـيدتى أنك مأجورة من الله. بإنه تعالى.

أنا زوجة عمرى ١٧ سنة وتزوجت منذ سنة تقريبا، ولكن فى ليلة زفافى لم أجد غشاء البكارة، وأنا أقسم بالله أنه لم يلمسنى بشر قبل زوجى، وهو واثق منى تماما وأنى لم أفعل شيئا مع أحد، وزواجنا يسير فى أمان والحمد لله ولكن الموضوع ده تاعبنى جدا وهو مش عايز نتكلم فيه، فهل من الممكن أن أولد من غير غشاء؟

أنا تعبانه جدا جدا، أرجوكم ، أتوسل إليكم، ردوا علي بسرعة، أنا باموت كل يوم لأنه كويس معايا جدا، وأنا أشعر أنى مقصرة معاه وحرمته من أجمل حاجة فى الدنيا، أنا إنسانة كويسة، ومحترمة والله بصلى، وعمر ما حد لمسنى ولا أنا حتى لمست نفسى فى هذه المنطقة.

حبيبتى العروسة الصغيرة.. من الواضح أنك تحملين نفسك أكثر كثيراً مما يحتمل رأسك الصغير وتخسرين الكثير من السعادة التى يجب أن تحيط بحياتك فى هذه المرحلة المبكرة من زواجك السعيد المديد بإذن الله، من الواضح يا سيدتى أن زوجك محب لك وحنون عليك ومتفهم للوضع الذى حدث وواثق من أخلاقك وهذا شئ يستوجب أن نشير إليه ونحييه عليه؛ ومن الواضح أيضا أنك لم تتابعى باب "لا عيب ولا حرام" منذ فترة طويلة ولم تتصفحى المقالات السابقة، لأن فيها لأ يجيب سيجيب عن تساؤلاتك تلك كاملة، فأرجو أن تقرئيه يا سيدتى الصغيرة وأنصحك أن تقرئيه فى حضور زوجك (أى تقرءانه سويا) وسيجيب هذا المقال عن جميع تساؤلاتك وسيريحك جدا إن شاء الله..

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته...

تحيتى لكم وأشكركم علـى هذه الموضوعات الشيـقة التى تعرض علينا، عايزة أسأل سؤال محيرنى كثير، وعمل عنـدى حالة نفسية صعبة، كل ما العمر يمر، أى أن حـالتى النفسـية فى سـوء مستـمر، أنا عندى ٤٥ سنة ، وأشـعر أن علاقتى الجنسية مع زوجى أصبحت أقل بكثير عن الأول، حتى أن فترة القلق عند زوجى أصبحت تطول عن أول الزواج كثيـرا، هل السبب هو تقدم العمر، زوجى عنده ٥٤ سنة، ولكنه والحـمد لله لا يشكـو من أى حاجة. هـل قدرتى ورغـبتى الجنسـية ستنتهى بانـقطاع الدورة الشهـرية؟ وللا ممكن أخـذ أدوية لتـقوية الناحـية الجنسـية؟ أرجـو الإفادة لأن نـفسـيتى تعبـانة وقلقـانة من هذه الناحية، ولكم جزيل الشكر.

سيدتى الفاضلة العزيزة..

لقد أسـعدنى كـثيـرا أن أعرف أنك متـابعة لبـابنا الجمـيل فهى سـعادة مزدوجـة، من ناحيـة لأن هذا أثبت لى أن المرحلة الـسنية المتـابعة لكتـاباتنا اتسعت وشملت المـرحلة الناضجة المتزنة، ومن ناحيـة أخرى لأنك تفاعلت معنا ولم تـسكتى عن مـشكلة تؤرق حياتك ولم تـستسلمى لـلتيار الـسلبى الذى ينادى بثقافة الخجل المذمومة فـيما يتعلق بأبسط حقوقك كزوجة حليلة لزوج فاضل تريدان إمتاع بعضكما البعض وتنشدان سويا سـعادة مشروعة بل مستحبة ومأجورة بإذن الله.

عودة إلى ســؤالك يا سيدتى أقول لك أننــى استشفـيت بعض النقاط من رسالتك فدعينى أعرضها لك:

١- أنك لم تفاتحى زوجك أو تصـارحيه بمـخاوفك أو احتيـاجاتك من هذه الناحية أو شكواك من قلتها بالرغم من احتياجاتك النفـسية والعاطفية حيال هذا الأمر، وأنك لا تملكين طريقا آخر تستقين منه الإجابة لهذه الاحتياجات.

٢- أن زوجك أيضا لم يفاتحك فى المســألة المتعلقة بقـدرته الجنسية أو رغـبتـه أو زيادة هذه أو تلك أو قلة هذه أو تلك، وهذا شئ بالرغم من كـونه منتشـراً بين بعض الأزواج ولكنه مرفـوض تمامـا لأنه يدخل كليهـما فى هذه الدائرة من الصمت والشكوك ومحادثة النفس ممـا يؤدى بنا إلى حلقة مفرغة من الصمت الزوجى وإلقاء الاتهـامات الصـامتة مما يزيد الجـفاء ويخلق فجوة تتسع ولا تضيق.

٣- أن حياتكما الزوجية ليست مليئـة بالمشاعر الدافئة أو الكلام العاطفى الذى يعتقد البعض أن له أوان وأنأ هذا الأوان هو السنين الأولى للزواج فقط، وأن استـمرار هذا الغلاف العـاطفى المحيط بالحـياة الزوجيـة هو من ضروب المستحيل، وكأنه إحدى المعـلبات الغذائية لها تاريخ إنتاج يبدأ مع الخطوبة، وتاريخ انتهاء يحل بعد سنوات قليلة من الزواج.

أما عن الإجابات المطروحة عن أسئلتك يا سيدتى فهى كالتالى:

أولا: أعلمى أن رغبتك الـجنـسية لا تنقطع بتوقف الدورة الشـهرية، وقد أشرنا إلى ذلك فى أحد المقالات السابقة وقلنا أن توقف الدورة الشهرية يعنى

فقط التوقف عن القدرة على الإنجاب لمــا فى ذلك من مجهود شاق على الأم فى هذه السن.

ثانيا: إن القــدرة الجنسية لدى الرجل تــتأثر سلباً عند بعض الرجــال بعد سن الأربعين، ويتطور الموقــف تدريجيا بعد ذلك حسب الكثــير من العوامل والمعطيات، وأقصد بذلك القــدرة على حدوث دورة جنسية كاملة لدى الرجل بداية من الاســتثارة وحــتى القذف، أمــا العوامل الإيجــابية فــهى ذلك الدفء العاطفى الذى أشرت إليــه سلفا والذى هو أكثر العوامل إيجــابية والتى تحــسن كثيرا من الأداء الجنسى للرجل مهما كانت قدرته.

ثالثا: أن زوجك بسبب خلوه من الأمراض، كما أشــرت فى رسالتك - يمكنه الاستــعانة ببعض المقويات الــجنسية بجرعات صــغيرة متــدرجة، وبعد الاستشارة الطبية - ويــستحسن تحــت إشراف أحد الأطباء التخصصيين، ولكن يستلزم هذا الأمر مفاتحه زوجك بشكل صريح ورقيق فى نفس الوقت حتى لا يشعر بإهانــة لرجولته، وربما يا سيــدتى أنه شخص طبيعى ومكتــمل الرجولة والفحــولة ولم تتأثر قدرته الجنســية ولكن المـــألة هى انخفاض الرغبــة لعدم إقدامك على طلب تلك العــلاقة، حيث يريد الرجل فى كثيــر من الأحيان أن يكون مرغوباً، وأن يشعر باحتياج زوجته له كما يحتاج هولها.

رابعاً: فى عــموم الأمر فإن الخطوة الأولى لابد أن تأتى منك يا ســيدتى وهى عمل جســور جــر من الحوار الصريح وخلــق جو من الدفء والعاطفى بينك وبين زوجك وستصيــر الأمور إلى الخير الكثير والسعــادة الكبيرة إن شاء الله.

أنا أمـارس العادة السـرية، ولا أجد لهـا حلا لأني في فـراغ دائم؛ أبي مـتوفـى وأمي وأخي يعمـلان، ولا أعـرف طريق الرياضـة، ثانيـا أنني أثناء الدورة الشهريـة تزيد عندي الرغبة للعادة السـرية، فهل ممارستـها أثناء الدورة فيه خطورة، أرجوك يا دكتورة أن تردي علي بسرعة..

صديقتنا العزيزة.. يمكنك أن تعودي للمـقال الخاص بالعادة السرية لدى البنات فـيظهر لك الكثير والكثيـر ويضيف إلى معارفك الكثير أيضا عن العادة السريـة وماهيتـها وأبعـادها، ولكني أردت نشر سـؤالك تحديدا للإجـابة عن تفصيلة صغيرة لم ترد في مقـال العادة السرية لدى الفتيات عسى أن يكون في إجابتي إضافـة مفيدة لك ولبقـية قرائنا الأعزاء بخصـوص هذا الموضوع الذي طالما أحاطه الغموض.

هذه التفصيلة التي أعنيها هي مـمارسة العادة السرية أثناء الدورة حيث أنه في معظم الأحيان بالفعل يزيد معدل المـمـارسة لدى الفتيات الممارسات أثناء الدورة الشهـرية، ولهذا سببـان أحدهـما عضـوي والآخر نفسي، أمـا السبب العضـوي فهو بداية نشـاط جديد للمبـيض والذي يتجدد شـهريا مع أول أيام الدورة حـيث يبدأ المـبـيض في إفراز هرمـون الإستـروجـين (وهو الهرمـون المسئول عن البرمجة النفسية والمؤدية للميل الجنسي ومن ثم الرغبة الجنسية) وتجئ هذه الزيارة بعد الهبوط الحاد والشديد له قبيل حدوث الطمث، ومن ثم شعور الفتاة بازدياد الرغبة والاحتياج لأدائها.

أما السـبب النفسي فـهو الاستـسهال؛ بمـعنى أن الفتاة تـعلم سواء على

مستوى عقلها الواعى أو عقلهـا الباطن أنها فى حل من الطهارة والصلاة خلال هذه الفتـرة، وبالتالى فهى تمارس العـادة السرية كثيـرا، وبشكل متكرر آنذاك حيث أنهـا فى الأحوال العادية مـضطرة للاغتســال للصلاة بعـد كل مرة أداء، ولكن أثناء الدورة فهذا الاضطرار غير موجود.

عرضت حـقائق علميـة بحتة فى إجـابتى عن هذه الجزئية، ولم تشـتمل إجابتى على رأى فى العادة السرية أو فى ممارستـها أو فى كيفية الإقلاع عنها، فكل ذلك يمكن الرجوع له فى المقال الذى أشرت إليه.

✉ أنا شاب أعانى من مشكلة فى غاية الصعوبة ويحزننى بل يسوءنى جداً أن أبوح بها حتى لنفسى!! ولكنى أضعها بين يديك يا دكتوره لآخذ رأيك فيها حيث أنه جد جدير فى حياتى وهو أننى أحببت شابة رائعة بجنون والأمر الآن متعلق بمستقبل وبكيان آخر، مشكلتى أننى لم يحدث لى البلوغ الذى يحدث للفتيان، وقد مرت هذه المرحلة وذهبت فيها لأطباء كثيرين جميعهم أجمعوا أننى لا يمكن أن أنجب بناء على حالتى، وأننى من المستحسن ألا أتزوج كيلا أظلم بنات الناس معى - بناء على كلام الأطباء - ولكن دأب والداى على التعلق بالأمل قائلين أن الطب لا يتوقف عن التقدم، فهل هناك أمل فى حالتى يا دكتوره؟ علما بأن فتاتى تعلم كل هذه الحقائق عنى، وقالت أنها مستعدة لأن تكمل حياتها معى، ولكنى أخاف أن تكون هذه هى سكرة الحب كما يقولون وأنها مثلها مثل أى امرأة تهفو إلى العلاقة الجسدية، وللأمومة بعد زوال الحماس الأول للغرام، وقد انتهينا أنا وهى للاحتكام بك وأخذ رأيك فنحن متابعين لبابكم الجميل ونثق فى رأيك، فأرجو ألا تتأخرى فى الرد علينا حيث أننا نعيش على نار فى انتظار حكمك على هذا الأمر.

✍ ✍ ✍

صديقنا الكريم...

سأحاول أخذ وضع حيرة الطبيب حيال مشكلتك وأدع جانبا وجيعة قلبى التى سببتها رسالتك لى، ولكنى أولا وأخيراً أشكرك على هذه الرسالة التى هى فرصة سانحة لأن نوضح بعض النقاط:

أولا: إن رسالتك تفتقر لبعض التفاصيل التى تصنع فرقا كبيرا فى

الحكم، فمـثلا أشعر أن هناك خلطاً بين القـدرة أو الفحولة الجنـسـية والقدرة على الإنجاب، بعد قراءة رسالتك وأسئلتك فيها مرات عديدة، أيضا لم أعرف أين نقف!!

ثانيا: إن مسـألة عدم حدوث البلوغ أيضـا هى كلمة مطاطية، فهناك فارق بين عدم حدوث البلوغ وعدم حدوث الاحتلام، فالبلوغ كما أشرنا من قبل هو عبارة عن أحداث ثانوية وأحداث أولية، ولكنهـا تجتمع كلها على كونها تنتج عن الإفراز الغـزير لهرمون التـستوسيـترون والذى تنتجـه الخصيـة بأحد أنواع خلاياها.

ثالثـا: أحيـانا مـا يكون هناك خلل مـا فى واحـدة أو أكثـر من وظائف الخصـية، أى أن الخلل فى وظيـفة الإنجاب ليـس شـرطا أن يكون مصـحوباً بخلل فى وظيفة القدرة الجنـسية أى القدرة على الانتصاب، فهى لا تحتاج إلا لكميات صغيـرة من هرمون التـستوسيترون، مثلما يحـدث فى حالات الخصية المعلقـة، حيث يكون الرجل غيـر قادر على الإنجاب مع قـدرته الكاملة على أداء الوظيفة الـجنسية حيث تبقـى خلايا "ليدج" Leydigقادرة على العمل فى وظيفة إفراز هذا الهرمون اللازم لنمو وعـمل الأنسجة الانتصابية فى العضو الذكرى مما لا يعطل الوظيفة الجنـسية بغض النظر عن وظيفة الإنجاب. ولكن هنا يجب أن نتعرض لنقطة علمية هامة:

إن مسـألة حدوث النمـو الكبير فى الأعـضاء التناسليـة وأقصـد تحديدا الأنسجة الانتصابية وكيـس الصفن ومـشتملات هذه الأعضاء من حيث الحجم والوظيفة يـستلزم وجود شيئـين، الهرمون الذكرى التـستوسيتـرون من ناحية،

والمستقبلات الكيميائية الموجودة فى هذه الأعضاء من ناحية أخرى؛ ولابد أن يعمل الجانبان بشكل سليم، وإذا أردنا تقريب الصـورة للقارئ العزيز كعادتنا، فلنتخيل الـرسيفر الذى يستـقبل الإشارات الكهربائية القـادمة من الطبق الدش ويحولها إلى صورة مـرئية وصوت مسموع: فالإشارات الكهـربائية القادمة من «الدش» هى هرمون التستوسـيترون، والريسفر هو المستقبـلات الكيميائية التى تحول الهـرمون إلى تأثير ملموس ومـرئى وهو نمو الأعضـاء التناسلية بشكل خاص وسائر الجسـد بشكل عام (بمسـاعدة ووجود هرمون النمـو) مثل النمو العضلى والعظمى فيصبح الذكر شـابا بالغا بعد طفولة، ولذلك يقال عنه آنذاك أنه بلغ مبلغ الرجال.

أما استنتاجى الأخير لحالتك كمـا وصفتها بما أنك لم تشر إلى وجود أية علامات أخـرى الا مسألة عدم القـدرة على الإنجاب وعدم حـدوث الاحتلام والإشارة من بعيد إلى مسألة العـجز الجنسى التى لم تشر إليها بشكل واضح، فهى أنه يوجد لديك مـستوى لا بأس به من الهرمـون، ولكن على ما يبدو أن المـستقبـلات الكيمـيائية تعـمل عندك فى بعض المناطق دون الأخرى، مـما أعطاك الشكل الجسمانى العام للرجال مع عدم حدوث نمو متواز فى الأعضاء الجنسية ربما بسبب غياب أو عدم عـمل تلك المستقبلات فى هذه الأعضاء.. فإذا كـانت هذه هى المسـألة فللأسف يكون الأمل فى زوال هذه الحالة شبه مستحيل (على الأقل حتى الآن)، ويستعاض فى هذه الحالة فى بعض الأحوال بعـضـو شبـيـه بالأطراف الصناعـيـة، ويكون الحكم فى هذا الأمـر لطبـيب متخصص..

أما بالنسبة لإتمام هذه الزيجة فربما أجـد صعوبة كبيرة فيإعطائك رأى أو حكم نهائى، ولكنى أمـيل أكثر لرأيك وأراه أكـثر حكمة بالرغم من الصـدمة العاطفيـة التى ستشعـران بها ولكنه قطعا سيكون أقل إيـلاماً من حدوث ذلك فيما بعد. . لك الله يا صديقى. .

✉ الســلام عليكم .. أريد أن اسـتشـيـر د.هبه قطب فـى مســألة : أنا شاب متزوج حـديثا ، أبلغ من العمر ٢٥ عاماً وزوجـتى تصغرني بـ ٤ سنوات عندمـا تمارس العلاقـة الزوجيـة تشعـر هى بآلام لا تطاق ممـا يستدعـى إنهاء العلاقة قبل اتمامها برجاء المشورة وشكراً.

✍ ✍ ✍

عريسنا العزيز . . إن الحالة التى تصفها هى الشكل الكلاسيكي المعروف بالتشنج العصبي المهبلي اللاإرادي ، وقـد يـستغرب البعض من وجوده بالرغم من توافر الحب والتفـاهم وربما فترة الخطوبة الطويلة بين الزوجـين قبل إتمام الزواج ممــا يتراءى معـه أن الرهبة لا يمكن وجودها فـى هذه الحالة ، ولكن كما أشــرت أن الحالة تـسمى "اللاإرادي" أى أن العروس لاناقـة لها ولا جمل فى المســألة ، إذ أنها تحـدث بشكل عام كـامل على مــستوى العقـل الباطن والجهاز العصبي اللاإرادي (التلقائي) وأستشف من رسالتك يا صديقي شيئين:

أولهما : أنك يا صديقنا العزيز تجهل وجود هذا الشئ أساساً.

ثانيهــما : أنك لم تكن صبوراً بمــا يكفى بـسبب جهلك بهذا الـشئ مما سبب شـعورها بهـذه الآلام الرهيبة التى تـصفهـا مما يثبت أنك تـستمر فى المحاولة لاتمام العلاقة الجنـسية بالرغم من تألمها وعدم استعدادها لذلك حتى الوصــول لنقطة اليأس حـيث يتصــاعد مــسـتوى الألم حتى يصل إلى الـحد المبرح.

وحدوث الــسيناريو بهذا الـسيـاق يضر أكثر مــما يفيـد إذ أن الرفض لهذه

العـلاقة يتـعدى نطاق العـقل الباطن الرافض لهـا بسبب ذكـريات قديـمة أو اسقاطات نفسية وثقافية واجتماعية أليمة إلى العقل الواعي الذى يرفضها بسبب ما يصـاحبها من آلام أصـبحت تحس على مسـتوى الشعـور وليس فقط على مستوى الوجدان.

أما ما يجب عمله الآن فهو التوقف فورا عن هذه المحاولات التى ستبوء حتـما بالفشل طالـما تخضع لنفس التطورات فى كـل مرة والخضـوع لبرنامج علاجي خـاص بهذه الحالة والذى ينـتهى بإتمام العـلاقة واستـمرارها بشكل طبيعي تماما بإذن الله إذا ما اتبعت خطوات البرنامج العلاجي وما يصاحبه من تعليمات بدقة شديدة.

فاطـمئن يا عـزيزى فان هذه الحـالة إلى زوال بإذن الله وستـتـمتـعان بعضكما البـعض أنت وزجتك دون أية منغصات ولكن لنأخـذ بالأسباب والله الموفق.

بعـد التحـية .. سـيدتى أود أن أسـأل فى نقطة تؤثر على علاقـتي بزوجي ، فرغـبته الجنسـية قوية وتفـوقني ولكنى لا أعلم ما هو الصح بالنسـبة لهـذه العلاقـة ، أنا أتجـاوب معـه وأشعـر باللذة والمـتعـة الكاملة ولكن بعـد الانتهاء، تزول الرغـبة منى لفترة قـصيرة ولكن هو لا يتهمنـى بأنني باردة فماذا أفعل ، مع العلم أن عمرى ٢٣ سنة.

سيدتي العزيزة الصغيرة . .

ان ما تروينه عن عـلاقتكما الجنسيـة ورد فعل زوجك ووجهة نظره فـيها انمـا ينم عن عدم علم بالأمـور على القـدر الكافى فليـس مـعنى أنك تنتظرين لفترة حتى تـسـتاري مـرة أخرى انك باردة جنسـيا لا سمح الله فالبرود الجنسي عرض قابل للزوال بسهولة شديدة ، فإن كونك تتجاوبين وتتفاعلين مع زوجك فذلك ينفى عنك تلقـائيا هذه الصفة، وبالمناسـبة يمكن ملء ذلك الوقت بين الدورتين فى اللقاء الجنسي مع زوجك ببعض المداعبات التى تحفظ له مستواه الجنسي العالى كما تعجل من استجابتك مجددا لكل تلك الانفعالات الجنسية من جديد وربما تكون فترات انفـعالاتك متعاقبة ومتعـددة حتى تصل المسافة الزمنية بينهما إلى وقت شبه منعدم فيصبح اللقاء الروحي عبارة عن سلسلة من الانفعالات الجنسية المتصاعدة المصحوبة بالمتـعة الشديدة للطرفين أرجو أن تراجعا سويا موضوعات " الدورة الجنسية لدى الرجل والمرأة " .

أنا شاب عمري ٣٠ سنة خطبت فتاة وأحبها جدا وهى أيضا وبعد الخطوبة بفترة قصيرة، سافرت إلى بلد عربي للعمل ، وجاء الوقت الذى أنزل فيه إلى مصر لأتزوجها المشكلة هى أننى بعد الزواج بشهرين سوف أعود وحدى إلى عملى فى البلد العربي لظروف خاصة.

نصحنى أصدقاء كثيرون بأن هذا ظلم لهذه الفتاة لأننى سوف أتركها لوحدها بعد فترة زواج ليست بالطويلة.

أحب أن أعرف هل هذه فعلا مشكلة لها ولى بالنسبة للعلاقة الحميمة بين الزوجين وما هى الفترة المناسبة التى أغيب عن زوجتي فيها ، وشكرا.

أيها الصديق العزيز :

أعرف أن تواجدك بالبلد العربي هو شئ ليس بيدك ، كما أعرف تماما أن كل شاب يتزوج حديثا يجب أن يكون بجوار عروسه لأطول مدة ممكنة. ولكن أحياناً ما تحول الظروف دون ذلك ، ولذلك فلابد من توافر حلول أخرى ، وخاصة أن ظروف تواجدكما بعيدين عن بعضكم البعض هى ظروف قهرية.

أما عن علاقتكما الحميمة فلابد أن تكون علاقة سوية وسعيدة خلال الوقت المتاح لها كما أرجو منك أن توفر جميع أيام أجازتك لتكون برفقة زوجتك كيلا تنتهى الأجازة دون الاستمتاع الأقصى بعلاقتكما سويا.

أما بعد انقضاء شهري الاجازة وحين تحين العودة إلى عملك فى البلد

العربي فأرجــو منك ألا تستقبل هذه الفــترة بهذه الروح السلبيــة فهذه الظروف القــهرية هي مــسائل قدريــة وضرورية ولا تتــعارض بتاتــاً مع وجود الســعادة الزوجية وتخلو تماما من الظلم الــذى أشرت اليه ومن خوفك منه فى رسالتك فمنذ ارتبــاطكما صار مــصيركــما مرتبطا كل بالآخــر والزواج هو هذه الرابطة السحرية التــى تربط الطرفين فيما يــتعلق بكل مجريات الحــياة من كل الأوجه وليس الجيد منهــا فقط وتأكد أن الظلم الأكبر لــعروسك هو أن تفكر فى عدم اتمام الزواج ظنامنك أنك ستظلمها ببعدك عنها.

وهنا أريد أن أشيــر إلى شئ لماذا يا صديقي لا تتم اجــراءات استقدامــها إلى البلد الذى تعــمل فيــه فيلتم شــملكمــا سويا وتبــحث لها عن عــمل هى الأخرى تقضى فيه وقتها كيلا تشعر بالملل؟

أما إذا لــم يكن ذلك متــاحاً ، فــهناك الآن الكثيــر من وسائل الاتــصال التكنولوجــية التى جعلت تواصلكــما سهــلاً وربما يمكنه أن يكون شــبه يومي ولذلك يمكنكمــا الاستعــاضة بهذه الاتصــالات عن تواجدكــما سويا ، كــما يمكنكما أن تتحدثا فى أى شئ وكل شئ وحتى الأمور الجنسية تكون موضوعاً لمحادثاتكما سويا.

صديقي العزيز تأكد أنه يمكنك أن تجعل من الشهرين الأولين فى الزواج رصيدا إيجابيا يملأ فترة الغياب التى يمكنها أن تفصل بين لقاءيكما.

وأخيــرا فإنى بشكل عــام لا أفضل بعاد الــزوجين عن بعضــهمــا البعض ولذلك فإنى أنصح دائمــا بمحاولة تجاوز هذه الفرقــة وذلك لاعتبارات نفــسية وفسيولوجية وعاطفية أما اذا حاولنا فعل ذلك ولم نــستطع فلابد آنذاك أن ندرك

أنه قدر الـله سبحـانه وتعالـى وأن لابد هناك حكمة لذلك وبالتـالي لابد من ادراك ان هذا خـير لنا وان لم نـره كذلك. ونحـمـد الله ان وسائل الاتصـال أصبحت متاحة ومتعددة ولتكن عونا لنا إذا كانت هى اقصى المستطاع.

السلام عليكم ، أنا سيدة فى الـ ٢٧ من عـمري متزوجة من رجل يبلغ من العمـر ٣٧ سنة سريع القـذف لم أستمـتع معه ولو لمـرة واحدة طوال حياتي فهو يتركنى فى حالة توهج لرغبتي الجنسية ماذا أفعل وأنا أخاف الله .. لقد ذهبنا إلى الطبيب أكثر من مرة وحـالته ميئوس منها .. هل أطلب الطلاق ؟ أم أن هناك علاجا مع أن هرموناتي الجنسية فى أعلى دوراتها ..

ماذا افعل وأنا دائما فى أشد الحاجة إلى هذه العلاقة ؟

سيدتى العزيزة ..

أرى فى حديثك بعض التفاصيل التى تنم عن عدم إلـمامك بثقافة جنسية كافية لأن تعلمى أين تقفين فى علاقتك مع زوجك فدعيني ألفت نظرك لبعض هذه التفاصيل :

١- ان حالة سرعة القذف هى كما نصفها دائما عرض وليست مرضا ولها علاج عبارة عن تمارين تزيد من التوافق العضلى العصبي تستغرق حوالي ٤ - ٨ اسابيع ثم تنتهى هذه الحـالة وتعود الدورة الجنسية إلى مدتها الطبـيعية التى ترضى كلا من الزوجين عن نوعية العلاقة والاستمتاع الناتج عنها.

٢- ان مسألة الهرمونات الجنسية الخاصة بك مستواها فى الدم ليست لها علاقة وطيـدة رغبتك وشهوتك المتـأججتين ولكن كثرة تفكيـرك وتركيزك فى هذه الموضـوعات هى سـر علو رغبتك بحـيث فرضت نفـسها عـلى حالتك النفسية والعاطفية.

٣- ربما يكون زوجك لا يعرف أن مــسألة إطالة مداعبـتك فى مرحلة ما قبل الجماع هو عــائد عليه بالفائدة القصوى بسبب أن ذلك يجـعلك تتفاعلين معه بشكل عميق مما يزيد عنده مــن نسبة الإثارة مما يساعد بدوره على إطالة فترة الاستمتاع بينكما وهــى المرحلة الثانية من الدورة الجنسية والتى هى عامل مشارك فى علاج حالة سرعة القذف لدى الرجل، وهو علاج تلقائي ناتج فقط عن الإجادة فى العلاقة الجنسية كما أمر الله ورسوله بها أن تكون.

٤- من ضمن الأشياء التى تزيد من حدة العـرض المسمى بسرعة القذف هو انفعــال الزوجة الشديد ممــا يشعر الزوج بالذنب تجاه زوجـته كما يـشعر بالشك فى نقص رجولته ، ممــا يعود عليه بالتأثير شديد السلبـية فهو فى كل لقاء زوجي كأنه تحت الاختبار مــما يربك مركز الاحساس الجنسي ذاته وذلك يفرز وظيـفة غيـر مستقـرة لأن رد الفعل يكون ناتجا عن الإشــارات العصبـية القادمة من المراكز الــمختلفة للجهاز العصبي ومن مـختلف الحواس فإذا كان كل ذلك مرتبكا فمن الطبيعي إذن أن يكون رد الفعل أيضاً مرتبكاً.

٥- أحيــانا يكون عرض سـرعة القذف عـرضا طبـيعيـا أى أنه فى بعض الحالات لا يحتاج للعلاج حيث أنه يكون ناتجا طبيعيا فى بعض الحالات مثل حالات تباعد اللقاءات الجنسية بين الزوجين أو حالات بدايات العلاقة الزوجية مثلما كانت فى الشهور الأولى للزواج أحياناً.

أما عن مـــألة طلبك للطلاق فلا داعى لذلك البـتة يا صديقـتنا الكريمة فلكل داء دواء وخاصــة حالة زوجك التى لا تتـعدى أن توصف بكونهــا حالة بسيطة وإلى زوال إن شاء الله.

أنا فتاة عندي ٢٤ سنة أمارس العادية السرية بشكل شره وقد تسببت فى فض غشاء البكارة لى دون معرفة منى لأننى كنت أجهل النواحي الجنسية نهائيا وأنا لم أتزوج ولا أعرف ماذا أفعل؟

يا فتاتي العزيزة :

من الحماقة أن نبكى على اللبن المسكوب كما تقول الحكمة القديمة ولكنى أشك أساسا أن اللبن قد سكب فمن أين لك يا فتاتي بعلمك أن الغشاء قد تم فضه ؟ ان هذه المعلومة لا يستطيع تأكيدها لك إلا أحد الأطباء المتخصصين أما فى حالتك فهناك الكثير من الفتيات اللاتي يمارسن العادة السرية يعتقدن خطأ أن غشاء البكارة قد انفض لأنهن رأين بعض نقاط الدم فى المنطقة ولكن ما لا يعلمنه هو أن ذلك قد يكون من فرط الاحتقان فى المنطقة التناسلية بسبب ممارسة العادة السرية او بسبب بعض الالتهابات التى يمكن أن تصيب الأعضاء الجنسية من جراء كثرة الاحتكاك والاحتقان أيضا مما يضعف المناعة الموضعية للمنطقة ويجعلها عرضة للميكروبات التى تقطنها بشكل سلبى تحت الظروف الطبيعية أما ما أريد الاشارة اليه هنا فهى بعض النقاط التى يجب التوقف عندها فى سؤالك المختصر هذا :

١- مسألة الشراهة فى العادة السرية . . أو فى أى شئ يا آنستى العزيزة فإن ديننا الجميل هو دين الاعتدال والوسطية فى كل شئ وبغض النظر عن كونك تحتاجين لممارسة هذه العادة أو لا تحتاجين (عودي إلى موضوع العادة السرية لدى الفتيات) فإن الإسراف دائما يأتى بنتائج سلبية فى كل شئ

ومن ضمن نتـائجه السلبية فى حـالتك تحديداً هو تغييـر قالبك الجنسى الذى فطرك الله عليـه والذى يجب أن يبقى على صـورة صفـحة بيـضاء ناصـعة لا يكتب فيهـا إلا زوج المستقبل بإذن الله ، فـتشكل طريقة الاستـمتاع الجنسي لديك حسب رغبة زوجك فـيك وطريقة استمتاعكما سـويا بهذه العلاقة داخل نطاق الحلال الجميل.

٢- شممت فى كلامك رائحة أنك إما لجأت إلى مـصادر للثقافة الجنسـية غيـر موثوق بها أو بنيت ما تظنـين أنه حدث إما على رأى إحدى الصـديقات التى قـد قصـصت عليهـا ما رأيت من عـلامة جـعلتك تقـولين ذلك أو على افتـراض شـخص أن أى نزيف مهـبلي يعنى حدوث فض الغـشاء البكارة وهذا يعيدنا إلى الحديث عن وجوب الثقافة الجنسـية السوية من المصادر الصحيحة التى تستند إلى العلم والدين.

٣- من الحـالات التى تنتـاب الشبـاب والفـتيـات فى مـثل ظروفك أو الظروف القريبة والتى تتعلق بالمسـائل الجنسية خاصة هى الحيرة الشديدة حيال ما يجد من أحـداث جنسية فى حياتهم وذلك إن دل عـلى شئ فإنما يدل على عدم وجود جسـور الثقة والحوار بين الآباء والأمهات من ناحية والأبناء والبنات من ناحـية أخرى ، وهذا نذيـر خطر داخل الأسرة وأن هناك قطعـاً شيـئا من التقصير من أى من الطرفين أو كليهما.

فيا آنـستى العزيزة ، اذهبي لإحدى طبيـبات أمراض النسـاء لاستشارتها فى حالة غشـاء البكارة وقولى لها أنك تريدين الاطمئنان فقط ، ولا تفـصحى لها عن اعتقادك أو عن تخوّفاتك . . أما عن مسألة العادة السرية فأرجو أن تتوقفى

عنها فوراً لتفسحي الطريق لفطرتك الطبيعية أن تكون لها اليد العليا فى قالبك الجنسي حتى تسنح لك الفرصة للاستمتاع مع زوج المستقبل بإذن الله.

✉ الدكتورة العزيزة هبة ..

بعـد أن قرأت رسـالة الشاب غـير القـادر على الزواج ، استـوقفـتني هذه الرسـالة وفكرت في مشكلة عندي ولـكني ما زلت في بداية الأمـر ، أنا عندي طفل ولد وعنده فتاق فـوق العضو الذكري وقد زاد هذا الفتق باتجـاه العضو ، وأجريت له عمليـة وهو ما يزال عـمره ١٥ يومـا وتوسيع في مـجرى البـول ، المـهم أن الفتق كـان بجوار الحـبال والشـرايين المنوية وإني لخـائفة عليـه أن يصبح عـاجزا بعد أن يكبـر ، فهل يا أختي العزيزة تـوجد أيه فحوصـات تبين الحالة عنده أو علاج مبكر له مع العلم أن عمره الآن أربع سنوات..

فأرجو الرد سريعاً .. مع الشكر.

✍ ✍ ✍

سيدتي العزيزة ..

أعتـقد أنك تقـصدين أن ابنك كـان مصـاباً بفتق اربي وهو لا عـلاقة له بالعضــو الذكري ذاته ولكن يخرج مع الحـبل المنوى باتجاه الحضـية وهذا لا علاقة له بحالة الشــاب الذى أشرنا اليه من قبل أما حالة ابنك فـغالبا لا خوف عليه إطلاقـا من مـسألة العـجز الجنـسي لا قدر الله كـمضاعفـات للحالة التى تصفينها ولكن للاحتياط فأرجو استشارة جراح الأطفال الذى أجرى له الجراحة التى أشرت اليها وزيادة فى الاحتياط فإنى انصحك باستشارة أحد أطباء أمراض الذكـورة من باب احتـرام التخـصص الدقيق .. مع دعـواتي ودعوات القـراء جميعـا لك أن يطمئنـك علـى ولـدك الحـبيب ان شاء الله .. كمـا أنصحـك يا أختى العزيزة أن تعـتبري حالته تلك مجرد تاريـخ قد فات وانتهى ولا داعى حتى للتفكير فيه أو تذكره حتى لا تعيدي على نفسك تلك الذكريات القاسية.

✉ أنا مصــاب بمرض العــادة السرية وحــاولت كثـيرا أن أقلع عنــها بالتوبة واللجــوء إلى الله ولكن سريعا مـا أرجع وبدون شعور لا أعـرف كيف رجعت.. وقد حـاولت غض البصر عن الفتيـات الجميلات والأشيـاء الإباحية في التليفـزيون وغيـره من الأشياء المـحرمة ولم أجـد حلا أيضـا .. حتى أنني تزوجت الآن وفات على زواجي أكـثر من سنة ولكن بعد الزواج بأربعـة أشهر تقريبا عدت كعادتي للعادة السرية من غير شعور وفي كل مرة أندم كثيرا ولكن لا أعرف كيف أتخلص من هذا الأمر.

أرجو الإفادة بشكل تفصيلي لأنني أظن أن حالتي غريبة جدا.

✍ ✍ ✍

عادةً مـا أبدأ ردي بكلمـتي : صديقي العـزيز . . ولكنى لا أحب لا أن تكون صـديـقي ، ولا أن توصف بالعـزيز . . أيـهـا الشـاب فلتـســمع منى الملاحظات التى سأدونها لك فى النقاط التالية :

١- إن العادة السرية ليست مـرضا وانك إنما أسميتها مـرضـا حتى يتسنى لك أمام نـفسـك أن تكون مـعذوراً لأدائك إياها ، وهذا ليس صـحيـحا البـتة ولكنها عادة سيئـة ، من العار أن يتمسك بها ويستمر فى مـمارستها رجل فى مثل ظروفك.

٢- كونك تعود اليهـا بدون شعور كما تقول وتنقض عـهدك مع الله بعد إبرامك اياه فـذلك معناه أنك إنســان غير ســوى النفس ومسـلوب الإرادة أمام نفسك وهذا نذير خلل نفـسي فإن الله لا يكلف النفس إلا وسطها وقـد حباك

وبقيـة الناس بالعقل الذى فضل به الإنســان على الحيوان والذى يجعله يشـعر بكل ما يقـوم بعمله ويخطط لـه وينوى القيام به .. ثم يـنفذه .. أرأيت هذا العدد من الخطوات التى كنت تـستطيع التوقف عندها؟

٣- محاولتك لغض البصر إنما تنم عن نية غـير صادقة وغير صارمة ولا جازمـة فى مسألة غـضك لبصرك ولو كـانت هذه النية قـد صدقت وخلصت لقلت : قـررت غض البصـر ، أو بدأت الإقلاع عن التطلع إلى الـحرام ، أو عدت إلى الله وبدأت طاعة أو عبادة غض البصر ، أما التعبير الذى استخدمته فهو يتحدث عن نفسه فى كون محـاولاتك غير جادة وانما كالذى اخذ مـسكّن ليريح به ضميره دون الاستماتة فى الإقلاع عما يعلم أنه خطأ وضار.

٤- عودتك لممـارسـة هذه العادة بعد زواجك له مـعنى وحيد ، هو أنك مع زواجك لم تكن جـادا فى نيـة الإقلاع عـن العادة الســرية ولكنك كـالذى وضعـتها على الرف (فى الدولاب) وظللت مـحتفظا بهـا فى رأسك مع النية العمـيقة للعـودة لها إذا ما أردت ذلك وبالتـالي وبما أنها كـانت طريقتك فى الاستـمتـاع الجنـسي لفـترة طويلة فلم تحـاول تغيـير قـالبك الجنسى بالزواج واستـسلمت لإلحاح الطريقـة القديمة فى وصولك لقمة استمـتاعك فعدت لها بدون أدنى جـهاد لنفـسـك فى هذا الخـصـوص ولـست معـذورا ولا لك أدنى تعاطف فيما فعلت فقد حصنك الله بالزواج ورزقك الزوجة الصالحة ولكن ما زلت تحتفظ بالشئ غـير المشروع لتلجأ اليه، وهذا انتـقاص من حق زوجتك قصدت ذلك أم لم تقصد.

٥- أيها المرسل .. لا عذر لك .. لا عذر لك .. لا عذر لك.

٦- اخيرا اقول لك إذا كنت تنوى استدراك أمرك فعد إلى مقالات «العادة السـرية» التى سـبق أن أوردتها بالتفصـيل . وأصدق فى الاجتهاد لـتجاوز هذا التخاذل . . وهذا كل مـا لدينا حيال ذلك . . أريد تنبيـهك أخيرا إلى أن هذا الرد سوف يشــهد عليك أمـام عرش الرحمــن سبحـانه وتعالى يوم الحــساب فاسـتشـعر ذلك وأشفق على نفسـك من حساب ربك الذى لن يتـرك مثقال ذرة من خير أو شر إلا وحاسبك عليها.

✉ شكرا يا د.هبه على المجهود الـرائع وشكرا مقدما على إجابة هذا السـؤال: متى تتوقف قدرة المرأة الجنسية والرجل أيضا؟

وهل هناك عوامل تؤثر فى ذلك ؟ ولك جزيل الشكر ..

✍ ✍ ✍

أولا : أشكرك على مجاملتك الرقيقة.

ثانياً : عن القدرة الجنســية لدى الرجل والمرأة فالأمر يخـتلف باختلاف دوريهما فـدور الرجل إيجابي فى العلاقة من الناحيـتين النفسية والعـضوية أما دور المرأة فهـو ايجابي فقط من الناحيــة النفـسية والتفـاعلية ولذلك فنحن هنا نتحدث عن شيئين مختلفين تمــاما عن بعضهما البعض ، أما عن قدرة الرجل فهى عرضــة للاختلاف حسب الكثير والكثـير من المعطيات والمتغـيرات مثل السن والحالة الصحية العامة ، ووجود أو عدم وجود بعض الأمراض المزمنة، وخاصة أمـراض الشرايين والقلب والسكر ، وبعض الأمراض العصبـية وأيضا الطبيـعة التكوينية للـجسم مثل الســمنة الزائدة وخاصة الســمنة الموضعـية فى أسفل البطن والفخذين.

أما بالنسبــة للمرأة فالأمر يختلف تمــام الاختلاف فالموضوع بالنســبة لها عاطفي بدرجة كبيرة ورئيـسـية فإذا حسـنت علاقتها الحياتيــة بزوجها فهى راغبة فيه وقـادرة على التفاعل معه إلى أجل غـير مسمى والحائل الوحـيد الذى قد يقف فى طريق ذلك بعـد انقطاع الدورة الشـهرية هو ذلك الجـفاف الذى قـد يصـيب المنطقة التناسلـية والأعـضاء الجنسـية وهذا العـرض البسـيط يمكن

الاستعاضة عنه ببـعض المـستحضرات الطبية التى يمكن أن تـقوم بهذه الوظيفة خير قيام..

ثالثاً : هناك عـامل آخر رئيـسي ومهم يجب ألا نغفل الحـديث عنه هنا وهو عامل الرغبة الجنســية وأعتقد أن هذا ما تقصـدينه بسؤالك فى واقع الأمر ولذلك أحببت أن أعـرض الإجابة عن هذا التساؤل أيضـاً حيث يدور قطعا فى ذهن الكثيرين :

أما عن الرغـبة فهى شئ روحـاني بحت حيث أنهـا شعور مـثله مثل أى شعور آخـر لا يأتي بالضغوط على أحد الأزرار إنما هو مـثل الحب والكراهية والفرح والحزن كل هذه أحـاسيس وجدانية لا يأتى منها فعل أمر إنما هى بيد الله وحده ، وأبلغ مـا يصدق على هذا الكلام هو تلك الآية الكريمة الجـميلة والتى أنزلها الله فى سورة الإسراء .. ويسألونك عن الروح قل الروح من أمر ربي وما أوتيـتم من العلم الا قليـلا * سورة الاسراء (٥٨) وهنا ينفى خـالقنا العلى القـدير كون الروح ومـا يتبعـها من شـعور أو وجـدان ملك أحد غـيره سبحانه وتعالى ، ولكننا أوتينا الطريق لترقـيق القلب واستحالة العواطف ومنها رغبة الزوج فى زوجـته والعكس فالرغبـة محلها الوجدان ، والمـشاعر وهذه أشياء فى غاية الهشاشة وتنبع من الجهـاز العصبي ، وكلما توفرت أيضا الرغبة الجنسيـة التى خص الله بها الزوج تجـاه زوجته والعكس دون الآخـرين حتى أقرب الأقربين ووجود الرغـبة الجنسية هو الشرارة الأولى لاستـجابة الأعضاء الجنسـية وحـدوث الانتصـاب لدى الرجل والانفـعال الجنسي والحـسى لدى المرأة و .. و .. إلى اكتمال العلاقة ولكن ماذا لو أن أعضاء الرجل الجنسية

لـم لسعفه بالاستجابة لرغبته أليـس هناك حل متاح ؟ هنا أقول أن العلم على مر العصور اهتم اهتماما كبيرا بهذه الوظيفـة العاطفية الحـية الجسدية وأعطاها ما تستـحق من مكانة واهتمام فـهناك الآن المنشطات الجنسية والتى تسـاعد على تدفق الدواء فى العـضو الذكرى ، ومن ثم حـدوث الانتصاب بـشكل مرضى للرجل إذا تعذر ذلك بالشكل الطبـيعي ولكن لابد أن يكون ذلك تحت إشراف الطبـيب خوفا من أن تـكون تلك الأدوية لها من التـأثير مـا يضر بصـحة من يأخذها دون أن يعلم هو أنه عـرضة لذلك، وهناك أيضا الأجـهزة التعويضـية التى يتم تركيـبها فى حـالة العجـز الجنسي الكامل والتى تتيح لذلك الرجل أن يقوم بالعلاقة الجنسية والاستمـتاع بها حين يكون غير قادر على ذلك بالطريقة الطبيعية.

أما انعـدام قيام الرجل بهـذه العلاقة على الإطلاق فـهذا محـدد بحالات نادرة جدا مثل وجود كفاءة منخفضة لأحـد أجهزة الجسم الرئيـسية مثل القلب أو الرئتين أو الكبـد حيث يمنع منعا باتا القيـام بأى مقدار من المـجهود الذى يسبب بدوره إرهاقا زائدا لهـذه الأجهزة التى تعاني أساسـا من الإنهاك حتى لا يضع عليـها ذلك الحـمل الزائد الذى قد يؤتى بنتـائج سلبـية أشد إيلامـا من الواقع المرضى.

✉ السلام عليكم ورحمة الله وبركاته .. أنا شاب متزوج منذ سنة وأبلغ من العمر الآن ٢٥ سنة وأنا بطبيعتى شاب متدين حسن الخلق ، لم أفعل ما يغضب الله عز وجل وقد عصمنى الله عز وجل قبل زواجي فلم أقرب محرماً، لذا وبعد زواجي اكتشفت أن حاجتى الجنسية عالية جداً للدرجة أنتى أقذف خلال المرة الواحدة ما يقرب من أربع مرات وأن عدد مرات الجماع تتراوح ما بين ٥-٦ مرات فهل لذلك أثر سلبي مستقبلا على قدرتى الجنسية؟

علما بأننى شاب رياضى ولكم جزيل الشكر.

✍ ✍ ✍

صديقنا الكريم ..

أدام الله عليك يا سيدي نعمة الالتزام والعفاف والإعراض عما يغضب الله ، وجعلك من عباده المخلصين الذين لا يجد الشيطان سبيلا لإغوائهم. . .

يا صديقي العزيز . . هذه الرغبة العالية العارمة الملحة عليك متمشية مع إعراضك لمدة طويلة عن إتيان الحاحها عليك خشية غضب الله قبل الزواج ، ومع مرحلتك العمرية ومع كونك رياضياً مما يجعل حالتك الصحية العامة بفضل الله على خير ما يرام كما تتدخل فى ذلك أيضا عوامل أخرى مثل طبيعتك التى فطرك الله عليها والتى يبدو أنك من تلك الفئة المسماه. . «بالرجال عالي الشهوة» أو Hyper sexual Men وحبك لزوجتك وحبها لك بدليل استجابتها لهذا المعدل المرتفع للأداء والذى هو قطعا مرهق لها بسبب

التباين الطبيعي بين رغبتى الرجل والمرأة فى هذه المرحلة العمرية الصغيرة أما عن قلقك عن مستقبل قدراتك الجنسية ، فلا خوف عليه بإذن الله ، ولاشىء يضيره ولا يقلل منه على المدى الطويل ولكن على المدى القصير فإنى أود أن اشير إلى نقطتين صغيرتين :

١- ان هذا المعدل قد يصيبك بالإنهاك الجســماني المستمر مما يقلل من قدرتك على التركيز فى عملك والقيام به على خير وجه.

٢- يجب عليك تحرى رضــا زوجتك عن هذا المعدل وأن تتــأكد أنها لا تستجيب لك لمجرد إرضاء رغبتك على حســاب رغبتها فتلك سعــادة قصيرة العمــر مهما طالت ، فــإذا وجدت أنها فعــلا كذلك ، فعليك بتقليل الــمعدل والاستعاضة عنه بالاهتمام والتطويل فى فتــرات المداعبة حال اللقاء الحميم ، أى عليك بالاهتمام بالكيف أكثر من اهتمامك بالكم ، فهذا أطول عمرا وأكثر رضاء وسعادة لكليكما . . وفقكما الله وأدام عليكما السعادة.

أنا سيدة عمرى ٢٢ سنة، متزوجة من سنة، وزوجى يبلغ من العمر ٢٩ سنة، مشكلتى بدأت مع أول يوم من الزواج، وهى أننى أشعر بأنى غير محترمة عندما يدعونى زوجى للفراش، وهذا ينعكس على علاقتنا سوياً، علماً بأننى أعلم بأن ذلك شئ أباحه الله لنا، ولكننى لا أعلم كيف أتغلب على هذا الإحساس، ولا أعرف كيف أسعد نفسى، ولا أسعد زوجى لأننى لا أقبل على هذه العلاقة علماً بأننى أحب زوجى جداً.. أرجو الإفادة.

عروسى الصغيرة الحبيبة ..

إن ما تتعرضين له يا فتاتى ليس مستغرباً، ولكنها حالة أو شعور شبه ثابت عند المتزوجات حديثاً بصفة خاصة بسبب المعتقدات الاجتماعية التى نشأن فى ظلها - وخاصة الفتيات -اللاتى يتشبعن بشقاقة تكاد تصل إلى حد الرعب من هذه العلاقة، وازدرائها فى نفس الوقت، فتشب الفتاة مشبعة بحالة من الخوف والترقب من ناحية والاشمئزاز والاحتقار لهذه العلاقة من ناحية أخرى، وتكون المحصلة هى هذه الصورة القائمة والتى تشكلين أنت أهم مظاهرها. وربما يفيدنا نشر مشكلتك فى إزاحة الستار عن العقبات غير المحمودة للتعتيم المريض على هذه العلاقة، وأقصد بهذا التعتيم المريض هو تلك الصورة المغلوطة التى تصل، بل تتغلغل فى وجدان الفتيات، فتحرمهن من المتعة الحلال بسبب استقرار الفكر السلبى المتعلق بهذه العلاقة فى العقل الباطن لديهن، مما يعود بالسلب على الفتاة وعلى زوجها بالرغم من عدم قيامهن بأى خطأ أو أى حرام. !!

هذه هى مـشكلتك ودواخلها تفـصيلاً يـا فتاتى العـزيزة، وأول خطوات خروجك من هذه البـوتقة المظلمة هى تعرفك على المـشكلة بوضوح، وأرى أن الخطوة التاليـة يجب أن تكون مصـارحتك لزوجك بشكل غيـر جارح عن تفاصيل المشكلة، حـتى يتبين له سبب عدم تفاعلك العـاطفى معه، حيث أن هذا الإحـساس قـطعاً يصل إليه - وحتى لو يفـصح لك عن ذلك - وربما هو يفـسره لنفـسه بأنك مـازلت على خجل وحـياء الفـتاة البكر، ولكن الـرجال يضيقون بهذا الإحساس بعد فترة إذا لم يجدوا له تفـسيراً مقبولاً، فإن لك الآن شريكاً بنسبـة النصف تماماً فى هذه العلاقة يا فتـاتى، فلابد لك من أخذ هذا فى الاعتبار، ولذلك فيجب أن تتـشاركا أيضاً فى أى مشكلة من أى نوع طالما هى تمس هذه المنطقة المشتركة بـينكما، وكخط علاج متواز يجب عليك أن تحاولى إزالة هذه الأفكار من رأسك، وخير طريقة للتغلب عليها هى الـسير فى الاتجاه المعـاكس، أى مجاهدة النفس على فعل ما لا تقـره، طالما أن العقل الواعى يعلم أنه يؤتى مـا حلله الله، وما تقـره الشرائع الـسماوية والدنـيوية، فعلينا فعالية تأثير العـقل الباطن الذى لا يـستند إلى الحق فى الكثير من الأمور التى تفرز لنا ما يـستنكره المنطق. فانطلقى يا سيدتى إلى عالم السعادة الزوجية والاستمتاع الجنسى، وليكن سعيك إلى الاستثارة واستشعار المتعة حتى آخرها هو سلاحك وسـلاح زوجك فى مواجهة مـا يلم بك من شعور كـاذب، إنما يأخذ من استمتاعـك واستمتـاع زوجك، ويأتى ذلك بالمصارحـة والحديث بعضكما البعض، والوصول سوياً إلى قمة المتعة الحلال، والتى خص الله بها الإنسان دون غيره من المخلوقات، والتى يصفـها العلماء من فرط شدتها بأنها "متعة المتع".

وأخيراً سيدتى الصغـيرة، لا تحرمى نفسك وزوجك من حلال الله، ولا تأخذى متعة منقوصة فى حين أنها موجودة كاملة فى متناول يدك بشكل واضح وحلال. . . وفقك الله لما يحب ويرضى .

✉ أنا عمـرى ٢٤ سنة ومتزوجـة من شهرين، وكـان قرار زوجى ألا نتجب فى أول الزواج، وتقـريباً منذ اليـوم الأول لزواجنا وهو يسـتخدم الواقى الذكرى لكيلا يحدث حمل، المهم سؤالى هو: أنا لا أشعـر أننى مستمتعة بعد انتهـاء العلاقة، بالعكس، أحـسب دائماً أن أعـصابى مشـدودة، هل هذا بسبب اسـتخـدام الواقى؟ وهل هو الذى يعـطينى هذا الإحـسـاس، وهل هو مـؤذى بالنسـبة لى، فـهو دائم الاسـتـعمـال له. أرجو الرد سـريعـاً حيث يسـيطر على إحساس أننى لست مـتزوجة، وأتمنى أن أحس بالراحة بعد انتهـاء العلاقة فهل هناك أمل فى ذلك؟ وشكراً.

✍ ✍ ✍

صديقتى العزيزة:

إن كل هذه الشكاوى التى لديك بخصوص العلاقة الجنسيـة مبعثها نفسى بحت، وليس بأى سبب علمى كما تعتقدين، فأنت ترفضين تحكم زوجك فى مسـألة الإنجاب داخليـاً وفى نفس الوقت لا تجرئين على مـواجهتـه برفضك لأسباب تعلمـينها أنت، ربما أهمها أنك وافـقت على ذلك منذ أول الأمر فلا تستطيعين الآن أن ترفضى، وربما لأنه من الشخـصيات القوية المتحكمة والتى لا تترك مـساحة لرأى الآخـرين فى قرار قد تم اتخـاذه بالفعل، أو .. أو .. على العموم هذا ليس مـوضوعنا. أما عن استخدام الواقى الذكـرى يا سيدتى العزيزة، فهو برئ من كل ما نسبتيه إليه من تهم، فهو أضعف من ذلك بكثير، وإنى لأؤكـد لك أنك لو لم تكونـى على علم بوجـود هذا العـازل مـا كنت لاحظت أى شئ ولا استـشعـرت أية شكوى!! بل إن من يجب أن يشكو فى

هذه الحالــة هو الرجل لأنه محروم مــن الإثارة المباشــرة للنهايات العــصبــية الواقعــة تحت جلد العضــو الذكرى، ولأن الإثارة فى هذه الحــالة تحدث من خلال حائل. . أما عن مسألة عدم وصولك للــنشوة أو قمة الاستمتاع الجنسى فهى بسبب عدم علم زوجك أو عدم إلمامه بأصول المداعبة التى توصلك إلى الدرجة القصــوى من المتعة، إضــافة إلى الثقافة الاجــتماعية الــمتوارثة والتى أصابك منهــا نصيب، والقائلة أن الزوج يعرف كل شئ، ومــا على الزوجة إلا الانتظار والترقب، حــتى ترى تعاليم زوجها ذى الثــقافة المحــدودة - أو ربما المنعدمة معــتمدة على علمه المفتــرض بهذه الأمور، وبذلك تدخلين إلى هذه الحلقة المفــرغة التى أنت فيهــا الآن، والــسبب الرئيسى فيهــا هو عدم وجود المصارحــة والحوارات الزوجية، فــها أنت تسقطين على زوجك أســباب عدم سعادتك الــجنــية معه بــناء على أسباب مزعومــة لا تربو لمستوى الــحقائق، وتكتمين ذلك فى صــدرك مما أدخلك فى دائرة التعاســة، وربما يسقط عليك زوجك سراً تهمة البرود الجنسى لعدم استمتاعتك الكامل معه !!

فتوكلى على الله يا عزيزتى وصارحى زوجك بما فى صدرك وتعلما فنون الاستمتاع والإسثارة وستبدل أموركما للأحسن بإذن الله.

✉ أنا شاب تكلمت على إحدى قريبـاتى لكى أخطبها، ووافقت هى بالفعل، ولكن لم تـتم الخطوبة حتى الآن، وذلك لظروف وفاة أحـد الأقارب، المهم أننى سمعت عن البرود الجنـسى لدى الفتيات ولذلك حاولت أن أتكلم مـعهـا بأسلوب فـيه بـعض ما يفـعله الأزواج مع بعـضـهم، وحاولت أن أثيـر غرائزها بالكلام، ولكنى وجـدت نفوراً عجيـباً، ووجدتها ترد على وتقـول أنها باردة، فحاولـت أن ألمس جسمها فى مناطق مختـلفة، مثل رقبتها وثدييها لظنى أنها تكذب على لـحيائهـا، ولكنى وجدت أن هذا أيضاً لا يؤثر فـيها، ولا يثـير فيها شيئاً، وأنا الآن أخاف أن يكون عندها برود جنسى مع العلم أننا قد تكلمنا كثيراً فى معاشرة الأزواج، وليلة الفرح، وما سنفعله يومها، ونحن لا يوجد شئ بيننا سراً أو أنهـا تستحى منى .. أرجـو الإفادة..ماذا أفعل مـع العلم أننا نعيش قصة حب منذ ٥ سنوات ..

✍ ✍ ✍

عجيب أمرك أيها الشاب؛ فإنك لا تتردد فـى أن تتجول بحرية عجيبة فى محرمات الله، بل فى أعـراض لم تبح لك، ولن تباح إلا بعد الزواج!! وفوق هذا وذاك فإنك لا تشـعر بأى غـضاضة، ولا بأى حـرج فى أن تزيد من تلك الأفعال المشينة، وتنزل إلى أعمق مسـتويات المعصية وأحط السلوك الذى يثير النفس السوية تجاهك أكثر وأكثر ولا سيما تلك المجاهرة بكل هذه المعاصى وبتلك التفـاصيل مع عدم وجـود أى من عناصر النفس اللوامة التى هى نعـمة منحها الله عباده المؤمنين!! أى أنك لم تـستتر بستر الله الذى منحك إياه، بل استهنت به وكشفته عن نفسـك تارة بإصرارك على معاصيه، وتارة بكشفها على

هذه الصورة الغريبة التى أشم فيها رائحة المفاخرة بهذا التدنى الخلقى؛ فلعلك تعتقد أن هذا الستر هو حق مكتسب لك طالما تأخذ حذرك حال القيام بما تفعل؛ لا أيها الشاب !! إنك إذن واهم؛ إنها الفرصة التى يمنحها الله لعباده حتى يرجعوا عما يفعلون، أما إذا لم يستثمروا هذا الأوكاريون من أكرم الأكرمين، فهم إذن غير مستحقين له؛ ويكشف الله عنهم آنذاك ذلك الستر أو تلك النعمة الكبيرة، فينالهم من الفضيحة ما يستحقون جزاء ما تجرأوا على الله وأحكامه!! لقد ترددت حقا فى نشر هذه الرسالة، أو بالأحرى أنها استفزتنى أيما استفزاز، ولكننى قررت نشرها فى النهاية حتى نحللها سويا، وحتى يستفيد قراؤنا الأعزاء بهذا التحليل - أتمنى ذلك . . . وليست البتة تعاطفاً مع كاتبها ولا رغبة فى "حل مشكلته العويصة تلك"، فتعالوا معى يا أصدقائى نتعمق سوياً فى بعض النقاط:

١ - إن ما بين هذا الشاب وهذه الفتاة هو مجرد كلام!! أى لا فاتحة، ولا خطوبة ولا عقد قران ولا أى شئ.

٢ - أنها قريبته، وبالتالى فإن مسألة ائتمانه عليها وعلى حرمة بيتها وعلى بقائهما معاً دون رقابة - بالرغم من خطأ ذلك - نابع من ثقة أهلها فيه باعتباره قريبًا لها وليس مجرد عريس تقليدى متقدم يجب أخذ إجراءات أكثر تشدداً معه؛ أى أنها باختصار أمانة وضعت فى عنق هذا الشاب رضى أم لم يرض.

٣ - إن هذا الشاب باجترائه على هذا النحو، قد تخطى كل حدود الدين والأدب والاحترام وبالطبع. . . فقد خان الأمانة، أى أنه لم يحترم عهداً قد تعهد به بشكل غير معلق وغير موقع، بدليل أنه بالطبع لا يستطيع أن يجهر بما

يقوم به مع هذه الفتاة لأهلها، حيث أنه غير فخور بما يفعل، وإذن لا يستطيع الاعتراف به، وخاصة لأولئك الـذين ائتمنوه على هذه الوديعة وأخذوا منه هذا العهد.

٤ - أنه بذلك قد حمل صفة أصلية من صفات المنافقين، الذين توعدهم الله ورسـوله بالدرك الأسـفـل من النار. قـال رسـول الله ﷺ فى صـفـات المنافقين (إذا عاهد غدر)، ولا حول ولا قوة إلا بالله.

٥ - فضلاً عن كل ذلك، وإعراضاً عن مسألة الالتزام واحترام قوانين دين الله وتعـاليم رسوله، فـقـد خـسـر هذا الشاب الكثـير فـيـما يخـتص بقالبـه الجنسـى.. فهناك يا أصدقـائى حكمة عميقة ربمـا لا تصل إلى حد فهم بعض البشر؛ وهى حكمة تحريم الزنا أو مقدماته قبل الزواج، فهى لمصلحة الناس، ولكن لو يعلمـون أن الطاعة واجـبة دون ذلك التدخـل البشرى الذى يحـكمه هوى النفس، لأراحوا أنفسـهم وكسبوا دنياهم وأخراهم، ويحـضرنى هنا قول الله تعالى: (أرأيت من اتخذ إلهـه هواه) فلنكبر أنفسنا جميعـا يا أصدقائى أن يكون إلهنا هوانا، فهذا شرك بالله والعياذ بالله... اللهم عافنا وإياكم من هذا الشرك الذى يزحف دون اسـتئذان، وكل مـا على الإنـسان كى يقع فـيه هو أن يفتح البـاب للشيطان ولو فتـحة بسيطة، وهـنا يهجم الشيطان ويعـمل ما فى وسعه من جـهد لجر الإنسان لمعصـية أكبر وأكبر؛ والخـوض فى طريقه أبعد وأبعد.

٦ - إن هذا لا يعفى الفتاة من المـسئوليـة أيضاً، فالمعصية رجل وامرأة، داع ومدعـوه، فاعل ومفـعول به، ثم يتحـول الأمر إلى فاعلين، بل جـانيين

وعــاصيــين وتابعين لــلشيطان، ولكنى بــدأت بلوم الشاب لأنه هو الذى كــان شرارة كل هذا الحريق الرهيب، ولكن إذا وجد هذا الشــرر من يطفئه فى مهده لما حــدث كل ذلك، فاتقــين الله فى أنفسكن يا فــتيــات، واحفظن عــفافكن لأزواجكن، وكما نرى، فهذا الشاب التابع للشيطان الطائع له، بعد ٥ سنوات من الحب والهيام والغــرام والقيام بمقدمــات الزنا - أو بعض الزنا - لا يتردد فى التفكيــر فى ترك هذه العلاقة وهذه الفــتاة لأنه اكتشف أنهــا "ربما" تكون باردة جنسياً ولا تحقق له ذلك الاستمتاع الذى ينشده بعد الزواج !!!

يا أصدقائــى - لا عجب فى ذلك، فما بنى على باطل فــهو باطل، ومن لا يحافظ على عــهد الله فهو لا يســتــحق منه تعالى أن يحفظه ، وكــما تقول الحكمة القــديمة: "إذا لم تستح فافــعل ما شئت" من لا يحــفظ أمانة أؤتمن عليها فماذا ننتظر منه، قال تعــالى فى صفات المؤمنين فى سورة "المؤمنون" (والذين هم لأماناتهم وعهدهم راعون)، فــلنعلم يا أصدقائى وقرائى الأعزاء، إنما يجب علينا حــال وقوع قصة كــهذه فى طريقنا أن نأخذ منها الــعبرة، وأن تصلنا رسالة الله فــيها، قــال تعالى: (كلا إنهــا تذكرة فمن شاء ذكــره) سورة عبس.

وهنا أريد أن أقول شيئــاً يحدث على أرض الواقع وطالما رأيته فى بعض المترددين على عيادتى؛ وهو أولئك الشباب ذوى الســوابق العاطفية والجنســية، والذين يجدون أنفسهم عاجزين جنســياً سواء بشكل كلى أو جزئى بعد الزواج لا من الأمراض العضــوية ولكنها ولأسباب غير مــفهومه أو معروفــة طبيا، إنه حق الله الذى يسترده فيرفع عنهم هذه القدرة حين الاحتياج إليها فى الحلال.

السلام عليكم . . . أرجو سرعـة الرد على رسالتى حيث أن الرد عليها يتـوقف عليه خراب بيت بنى حديثًا، وهـو بيتى. أنا شاب أوشك على الزواج أو كنت موشكا على الزواج، تبدأ القصة بأننى شاهدت أخت زوجتى (وهى مقبلة على الزواج قـريباً) تتـوجه إلى إحـدى عيادات النسـاء والولادة تحديداً قـبل زفافها بأسـبوع واحد، وقد شـاهدتها لتصادف وجـود صديق لى يسكن بالبناية المقابلة، وخروجها فى حالة إرهاق، وتصحبها أختها (عروسى) ولم أعر الأمر اهتماماً، لكن تصـادف وجودى عنده نفس الصديق قبل الموعد المفترض لزفافى بأسـبوع وشاهدت عروسى متوجهة لنفس العيادة وبصحبتها أختها ووالدتها. . . بالطبع تعرفين يا سيدتى الفاضلة ما يدور بذهنى: عمليات الترقـيع التى تتم قبل الزفـاف، ولكنى لا أعرف ما الـذى يجب عمله الآن !! أرجو سرعة الرد حيث أن المهلة التى منحونى إياها قد أوشكت على الانتهاء، وأعصابى تحترق الآن، وشكراً . . .

صديقنا العزيز

لقد انتابتنى مشاعر مختلفة حال قراءتى رسالتك أو استفسارك هذا، حيث تفاوتت هذه المشاعر بين الشفقة عليـك من الحيرة التى تشعر بها، والتعاطف معك إنسانيـاً، وبين استشعار الضيق منك بسـبب تلك الأفكار السلبية، وهذه الاحتمالات المشينة التى سرح فيها خيالك.

سيدى .. أريد أن أطرح هنا بعض النقاط :

١ - هل العمارة التى توجد أمـام البناية التى يقطن بها صديقك لا يوجد

بها إلا هذه العيادة لأمراض النسـاء والتـوليد ؟! وهل لا يوجد أى احتمال آخر لوجود زوجتك وأفراد أسرتها فى مكان آخر، مثل بعض الأصدقاء للأسرة، أو طبـيب الأسنان مـثلا أو . . . أو . . . أو . . . فـأنت لم توضح عـلام بنيت افتراضاتك هذه !!

٢ - هل لابد أن يكون سـبب وجود أية فتـاة لدى طبيب أمـراض النساء قبل الزواج بوقت قصـير هو الرغبة فى ترقيع غـشاء البكارة؟ هل لا يوجد أية احتمالات أخرى؟

أيها الشاب، من الطبيعى جدا، بل من الصحى جداً أن تقوم العروس قبل زفافـها بزيادة طبيب أمـراض النسـاء، وذلك يمكن أن يكون لأكثـر من سبب، فمثلاً يمكن أن يكون للتأكد من الخلو من أى عـدوى أو إصابات موضعية قد تحول دون الإتمام الصحى للعلاقة الجنسية، أو مثلاً لأخذ بعض النصائح فيما يتعلق بحـسن التصرف فى لـيلة الزواج الأولى، أو ما يتعلق بالمـستحـضرات الطبية التى يجب أن تكون معها فى تلك الليلة؛ أيضاً فى بعض الأحيان يكون ذلك بسبب توقع حـدوث الدورة الشهرية قـبيل ليلة الزفاف فتـذهب العروس للطبيب المتخصص ليـصف لها دواء يؤجل موعد حيضها لتستمتع مع زوجها بليلة عرسهما، هذا فضلاً عن هؤلاء الفتيات اللاتى يرغبن فى تأجيل الإنجاب خـلال الفتـرة الأولى من الزواج لظـروف تختلف مـن شخص لآخـر . . . إن هؤلاء فقط بعض الاحـتمالات التى قد تلجأ العـروس بسببهـا لطبيب أمراض النساء قـبل زفافها؛ وكلهـا كما ترى أغـراض بريئة ومشروعـة ولكن قد يكون محرجاً للعروس أن تفاتح فيها عـريسـها أو تفصح له عنها بسبب حياء الأنثى، وأيضاً بـسبب أن ذلك لا يخصه فى تلك المرحلة.

٣ - ألا ترى معـى يا صديقى أن توقـيـت التأكـد من أخلاقـيات فتـاتك وحسن تربيتها ونشأتها لابد أن يكون فى مـرحلة سابقة للمرحلة التى أنت فيها الآن؟!

يا عزيزى، أنت مثال حى لـلثقافة الجنسية المغلوطـة والناقصة؛ فأنت - مثلك مثل الكثيرين - لا تعلم أن من الطبيعى جـداً للفتاة غير المـتزوجة فى الكثير من الأحوال أن تقوم بزيارة الطبيب المتخصص لبعض الشكاوى النسائية أو لأخـذ بعض النصائح بخـصـوص أمور كـثيـرة، بدلاً من أخذ نصـائح أو علاجات من جهات غير مسئولة أو غـير موثوق فى مصادر معلوماتها، فمعظم الناس يعتـقد أن زيارة طبـيب أمراض النسـاء حكر علـى المرأة المتـزوجة... وهذا... غير صحيح بالمرة من وجهة النظر العلمية.

صديقنا ... أنا هنا لا أنفى شيـئاً عن خطيتك كما لا ألصق بهـا شيئاً، فـما سـردته لا يثبت أى شـئ، كمـا أنك أشرت أن والدتهـا وأختـهـا كانتـا بصحبتهـا، فإذا كان ما تفكر فيه كانت ذهبت بمفـردها، أو مع صديقة لها أو مع أختها ولكن مع والدتها؟! أشك كثيراً فى ذلك ...

احـذر يا صـديقنا طريق الشـيطان؛ وتذكـر قـول الله تعـالى فى سـورة الحجرات: (يأيها الذين آمنوا اجتنبوا كثيراً من الظن إن بعض الظن إثم) والظن هو (ظن السوء بأهل الخيـر من المؤمنين) كما جاء فى تفـسير هذه الآية، أى التهمة بدون دليل قوى يثبتها. وأنـا يا سيدى لا أحب لك هذا المصير ومتأكدة أنك أيضاً لا تحبه لنفسـك، فلا تأخذ من الشئ بعضه دون الآخر، وخاصة إذا كان هذا "البعض" هو الجزء المظلم القاسى الـسلبى لهذا الشئ، واتخذ خلال

حياتك القادمة كلها أن تنظر للنصف المملوء من الكوب دائماً؛ فهذا الأسلوب الإيجابي للحـياة دائمـاً ما يجر وراءه خـيراً كثـيراً، عكس ما أنت فـيه الآن، والذى لا يثمر إلا شراً.

إما بالنسبة لخطيبتك، فاستخر الله قبل الإقدام على أى قرار أو أى خطوة تتخـذها حتى لا تظلمـها وتظلم نفسك، ولا مـانع من أن تلقى عليهـا سؤالاً عابراً - بطريقة طبيعية ولطيفة - عن سبب ذهابها لتلك العيادة المتخصصة فى أمراض النسـاء - إذا كانت قد ذهبت إليها تحديداً بالفـعل - ولتقل لها ما كتبته لنا من أنك كنت فى زيارة لصديقك ورأيتها صدفة، فـإذا استشعرت من طريقة كلامك استفـسارا عاديا دون أية إيمـاءة لأى نوع من التجريح، فإنى أعتقد أنك سوف ترتاح لإجابـتها، وأنا أرجح بنسبـة عالية جداً أنك ستكـتشف وجودها هناك - إذا كانت قـد ذهبت إلى هناك - لسبب مشـروع وعادى ، وليس هذه الأفكار المظلمة التى قـد تكون من نسج الشيطان الذى نجح فى إدخـالها إلى رأسك ليمنع عنك سعادة الدنيا باتخاذ زوجة وتكوين أسرة صالحة بإذن الله . .

صديقنا العزيز . . . تأكد أن الحياة ليست بهذه الصعوبة ولا هذا التعقيد، وتأكد أيـضاً أن الخيـر فى هذه الدنيـا أكثر كـثيـراً من الشر وعلى ذلـك فمن القصور البقاء فى غرفة مظلمة مغلقة فى وضح النهار. أرشدك الله وهداك إلى ما يحب ويرضى، وكـتب لك زوجة صـالحة، وحيـاة هنيئة وعـيشة رضـية، وذرية صالحة بإذنه تعالى . .

أنا عــمرى ٢٣ سنة وعندى مـشكلة، أنا عروسـة جديدة وكـل ما تحصل العلاقة الجنسية بتحـصلى تشنجات لدرجة إنى بتعب زوجى جداً معايا وبرضه لا يتم شئ.

وأنا أشعر أنه ليست لدى القدرة على المـوضوع ده بالرغم إنى بحبه جدا ورغبتـى بتكون قوية جدا، وأنا حاسـة إنى طبيعيـة بس مش عارفة ليه بتـحصل كده، أرجوكى عاوزة حل للمشكلة الكبيرة دى بسرعة.

عروسنا الجميلة . . . مـشكلتك يا عزيزى منتشرة وشهيرة جـداً وأسمها "التـشنج العـصبى المـهـبلى اللاإرادى" وأريد أن أتوقف وأطالب القـراء أن يتوقـفوا عند "اللاإرادى"، ذلك أن من ضـمن الـمآسى التى تتعـرض لها هذه العينة من الفتيات هى اتهامها المسـتمر بأنها تتدلل، وأنها لابد أن تحتمل هذه العملية البـسيطة والتى تحدث يوميـاً لآلاف، بل لملايين الفتيـات، وأنها إنما تبدى دلال وحـياء البكر وتبـالغ فيه؛ حـتى أنه فى الكثيـر من الأحوال يشكو الزوج زوجته لأهلـها، وربما تنصب الجلسات ويجـتمع الحكام من أهله ومن أهلها، وكل ذلك على اعتـبار أنها يجب ألا تـسوق فى "الدلع"، وأحـياناً ما ينهال عليها اللائمون والمعاتبون على اعتـبار كونها غير جادة فى المسألة وأنها تـستـلم للاستـسهال؛ بل إنه قـد مر علّى إحدى الحالات ذات مرة وكانت فتاة من محافظة حدودية بعيدة وقد اتهمـها أهلها بما يطعن الفتاة فى أعز ما تملك وهو شرفها وعفتها، وبأنها إنما لا ترضى إتمام العلاقة كيلا ينفضح أمرها!!.

وفى أحيان أخرى يبـدأ سيناريو زيارات الأطباء المتخصـصين للتأكد من

قـدرة الزوج ومن بكارة الزوجة، ثم الاعـتقـاد - خطأ بالطبع - أن هناك مـا يسمى بـ "العمل" المعمول لاحد الزوجين أو كليهما، أو ما يـسمى بـ"الربط" وخاصة للزوج من قبل فلانة أو عـلانة التى كانت ترغب فى الزواج منه، فتبدأ جولة أخـرى من زيارة الدجالين الذين يـسمون أنفسـهم "بالمشـايخ" بغرض "فك العـمل" و . . . و . . . و . . . حلقات كـثيـرة من مسلـسل مـؤلم بنى على باطل فـهو إذن يكون فى مـجمله باطلاً لأنه يـفتقـر أصلاً للـتشخـيص الصـحيـح لهذا العـرض المنتـشـر بشدة والـمسـمى باللغـة الانجليـزية بالـ Vaginismus وباللغـة العربيـة "التشنـج العصـبى المهـبلى اللاإرادى" . . . وسنفرد له مقالاً قريباً إن شاء الله لبيان أسـاس تلك الحالة وأسبابها وتفاصيلها ونـسبتها بين الفتيات وكيفية معرفة الإصابة بها من عدمها وكيفية تصرف كل من الزوجين حيالها .

أما بالنسبة لعروسنا الشاكية فإنى أقول لها إن ما يحدث لك من التشنجات التى تصفيـنها هى لا تعدو أن تكون تقلص لاإرادى للعضلة الدائرية الـمحيطة لفتـحة المهبل؛ ولهـا علاج أكيد بإذن اللـه بإتباع نظام علاجى معـين لمدة ٣ أسابيع تأخذين خـلالها ٦ جلـسات علاجـية ويفضل أن يبدأ العـلاج بعد نهاية الدورة الشهـرية مبـاشرة، كمـا يفضل أيضاً مـشاركة الزوج فـى هذا البرنامج العلاجى للمـــائدة النفسيـة والاشتراك فى التـمارين أيضاً، وبعد انقـضاء هذه المدة البـسيطة تصبحين زوجة بكل مـعنى الكلمة وتقومين بعلاقـتك الجسدية الحميمـة بشكل أكثر من عادى بل أكثر من رائع، وتـسير حـياتك الزوجية مع زوجك الحبيب فى طريق الـسعادة الدائمة إن شاء الله.

أنا عندى ٢٠ سنة وكنت لحد فترة قريبة لا أفكر خالص فى الجنس إطلاقاً، وكان أصحابى بيقولوا على باردة، ولكن بعد كده أنفرجت على لقطات على الانترنت عن ممارسة الجنس، وبعدين لما جيت أنام بالليل وفضلت أفكر فى اللى شفته وافتكرته حسيت بحاجة غريبة بتحصل لى، ولقيت نفسى دخت وحسيت إن فيه حاجة فى أعضائى الجنسية فيها مثل النبضات ثم انقباضات (مش عارفه أوصف بالضبط)، وكنت مستغربة جداً، وبعد كدة بدأت أقرأ عن الجنس، وبدأ الموضوع ده يحصل لى يومياً، وبدأت أحس أنى عايزة يحصل لى كدة، وبرتاح لما يحصل لى الموضوع ده وبدأت أنا اللى أوصل نفسى للحالة دى، ولكن من غير أى مداعبة يدوية، فقط بالانقباضات للمنطقة الجنسية... أنا من قريب عرفت إن فيه حاجة اسمها العادة السرية، يعنى هل أنا كدة بمارسها، أنا مصدومة ومخنوقة جداً، أنا بصلى، وعارفة إن الموضوع ده حرام، وأنا مش مصدقة فاهمة، ومش عارفة أسأل مين، يا ريت تفهمونى، ويا ريت تردوا على بسرعة لأنى تعبانة نفسياً جداً، ومش عارفة أعمل إيه، وعاوزة أعرف إيه أضرار الموضوع ده، وإزاى أبطله؟

وهل الموضوع ده له علاقة بالكوابيس اللى بتحصل لى لأن بدأ يجيلى كوابيس لأول مرة... يا ريت تجاوبونى بسرعة يا ريت.

يا دكتوره، المقالات دى أضرارها أكثر من فوايدها، لأنى ما كنتش أعرف أصلا إن البنات لهم عادة سرية إلا من المقالات دى، وأنا من الإثارة حاولت أعملها ومش عارفة كيف أمتنع عنها وأرجوك يا دكتورة ما تبقيش تتكلمى

بصراحة زائدة لأن ذلك يحرك لدينا الشهوة شباب وبنات.. واثبتى لى أن فوائد الموقع أكثر من أضراره.

✍ ✍ ✍

فتياتى العزيزات قارئات مقالاتنا "المفيد جداً جداً..

لقد أثرت وضع هاتـين الرسالتين مـعاً لأن الفتـاتين تشتـركان فى بعض الصفـات الشخـصية، فـفى الحالة الأولى، وبالرغـم من تدين الفتاة الـسائلة ولكنها اسـتجابت لوسـاوس الشيطان التى بدأت باستـفزازات صديقاتهـا لها، ودخلت إلى طريق كان الله قد حجبه عنها لخلقها ودينها، ولكنها أزاحت هذا الـستار واتـبعت الشيطان إلى طريق من البديهى أنهـا طريق وعرة ليس فيـها ما يسر ولا ما هو مثمر؛ وأريد أن أقـول لها هنا، نعم يا صديقتى العزيزة، إن ما تمارسينه هو شكل من أشكال العادة الـسرية، وإذا كان لديك عزم صادق ونية حقـيقية للإقـلاع عنها، فتوكلى علـى الله وخذى بالأسباب واقلعى عـما أنت فيـه، وتراجعى عن طريق الشيطان المـظلم المقفـر، وتداركى خطأك مبكراً، وعودى إلى مقال العادة الـسرية لدى الفتيات واقرئيـه جيداً وسيساعدك كثيراً فى الإقلاع عن هذه العادة، ولكن الأمر يحـتاج منك أيضاً لإرادة وإصرار شديد، وليكن سـلاحك فى ذلك هو دينك والتـزامك وابتغـاء مرضـاة رب العالمـين سبحانه وتعالى . . .

أما فى الحـالة الثانيـة، فبالرغـم من أن كاتبة الرسـالة طلبت أن يتم الرد عليهـا بشكل خاص ولكنى أثرت أن أنشـرها لجميـع قراتنا الأعزاء حـيث قد يجـول هذا الخاطر فى رأس الآخـرين أيضاً، أو على الأقل بعـضهم، ولـهذه

الفتاة السائلة أقول: يا فتاتى، إذا عدت للمقال الذى "تزعمين" أننى كتبت فيه ما يعلمك كيفية القيام بالعادة السرية ستجدينه يقول أنها ليست ضرورية ولا ملحة ولا داعى لها أصلا لدى الفتيات ، وعرضت طريقه القيام بها، أو الطرق المختلفة للقيام بها لأن الكثير والكثير من الفتيات يقمن بها وهن لا يعرفن أنها هى العادة السرية أساسا، وبالتالى فإن ذلك يؤثر فيهن سلبا على المستوى الإنسانى والعضوى والوظيفى والدراسى والنفسى وأيضا الجنسى (القالب الجنسى) والعباداة (حيث أنهن لا يغتسلن قبل الصلاة)، وما كان المقال إلا دعوة لهن للعودة للطريق القويم بعد التأكيد أنهن لا يحتجن هذه العادة من الأصل، وأنهن لسن مثل الشباب فى إلحاح الشهوة والرغبة الجنسيتين؛ أما إذا كنت ممن ينظرن دائما لنصف الكوب الفارغ، وتميلين إلى أخذ سلبيات الأشياء دون إجابياتها، فإنك يا آنستى - مثل الفتاة التى أرسلت الرسالة السابقة - قد بدأت أولى خطاتك فى طريق الشيطان، ولكن اتباعا للغريزة الإنسانية العادية، التى تكره الاعتراف تعشق التبرير، قد بحثت عن حجة جاهزة، أو كما نقول بالعامية "شماعة" لتعليق خطأك عليها لعدم قدرتك على مواجهة ذاتك بأنك أنت المخطئة أولا وأخيرا فاستعيذى بالله يا فتاتى وعودى إلى الطريق الذى كنت عليه، ولا تتبعى خطوات الشيطان، فهى دائما ضالة وخاسرة. . أما عن مسألة أن أثبت لك أن فوائد الموقع أكثر من أضراره فأنا لست مضطرة لذلك لأن جميع المشاركات من الشباب والفتيات أمثالك تستحسن هذه المقالات (يمكنك العودة إليها للتأكد من هذا الكلام) فأريحى هذا الستار الأسود من فوق عينيك وستجدين الأمور كما هى على حقيقتها المشرقة وأختم بخير الكلام فأقول: ﴿ وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ⑦ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا

وتقواها (٨) قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا (٩) وَقَدْ خَابَ من دسَّاهَا (١٠) ﴾ [الشمس : ٧ - ١٠] • ﴿ولا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عدوٌّ مُّبِينٌ ﴾ [البقرة : ١٦٨] .

۞ ۞ ۞ ۞

✉ دكتورة.. أنـا بعانى مشكلة عويصـة.. أنا من الصعيد مـن أسيوط وزوجتى زى ما تقولى كده أنها رقيقة زيادة عن اللزوم وأنا لدى الرغبة الجنسية جامدة أوى، وهى مش بتبادلنى نفس الشعـور، وأنا كده بأميل للستات اللى بره علشان أنا زهقت ، يا ريت تشوفيلى حل، وإلا أنا حانتحر.

✍ ✍ ✍

صديـقنا العزيز. . أنت لم توضح مـا تقصـده بكلمة "رقـيقـة زيادة عن اللزوم" ، فهل هذا التعبير بمعنى أنهـا ترفض الزيادة فى عدد العلاقة الجنسية، أم أنها ترفض الزيادة فى مدة الـعلاقة الجنسية، أم ترفض التـجاوب معك فى العلاقة أم تتظاهر بأنها مـستاءة أم هى متـحفظة فى أثناء القيام بالعلاقة، أم أنها غيـر متجاوبة مـعك عاطفيا أسـاساً، أم أنها لا تبدؤك برغـبتها فـيك؛ أم أنها ترفض الاستجـابة لدعوتك لها بخـصوص هذه العلاقة؟ فكل هذه احـتمالات للتعبير الذى أوردته فى سـؤالك وهو "رقيقة زيادة عن اللزوم" . . و"هى مش بتبادلنى نفس الشعور" ، ولكن فى كل الأحوال، يبدو أنك عريس قد تزوجت حديثا، فاصبر على عروسـك يا صديقنا العزيز، فمن الممكن أن يكون خجل الأنثى وحياء البكر يمنعانها من أن تفصح عن رغبتها فيك ، أو أن تكون دائما فى انتظار دعوتك أنت لها بالذات بالنسبة للعلاقة الحميمة التى تربت وترعرت على أن المرأة التى تفكر فيها هى الشعور، أى نفس الرغـبة العالية المتأججة، فهذا له تفسـيران:

التفسير الأول: هو أنه عند النسـاء الرغبة أقل من ناحيـة الشدة عن مثيلتها عند الرجل، أى أنه من الطبيعى تماما أن تكون أكثر رغبة فى زوجتك فما هى فيك، ويمكنك مراجعة المقالات الأولى لاستيعاب ذلك أكثر وأكثر. .

التفسـير الثانى: أن زوجتك لا تستمـتع معك بالكم الكافى الذى يمكن به أن تسعى هى طواعية للعلاقة الجنسية بنفس راضية، بل تواقة لها، وربما يعود ذلك لأحد عناصـر الجهل الجنسى لديكمـا، أو لبعض الإسقـاطات الثقافـية والاجتمـاعيـة والتى تتيح للرجل جمـيع سبل الاسـتمتاع والحق فـيه، وعلى الجانب الآخر تبقى المرأة فى مقعد المتفرج الذى نستنكر كل ما يتعلق بكل ما هو "جنس" ، فإذا لم يحـاول كلاهمـا كسر هذا الحـاجز المسـمى "الجهل الجنسى، والقابع بينهـما كالجبل الراسخ والذى يمنع كلا منهـما تجاوز مكانه ليلتقى مع الآخر فى منتصف الطريق حتى تتسنى لهما المتعة الحلال، ومن ثم تحقق السعادة النفسية والحسيـة والروحية والجسدية على أحسن ما تكون صور هذا الاستمتاع، فإن امتنع ذلك، ظل قابعا فى بقعته المظلمة، وسيظل عطشانا والماء بجانبه . . فاكسـر هذا الحاجز يا صديقى وابدأ مع زوجتك حوارا طويلا صريحا ولطيـفا وصارحهـا بما فى قلبك، وبرغبتك فـيها، وأيضا شجـعها أن تصارحك بمـا ترغبـه ومالا ترغبـه ، وشجـعها على إطلاق العنـان لغرائزها ورغباتها فهذا هو حلال الله ، كما أن لها رغبة، وقادرة على الاستمتاع مثلك تماما، ولها نصـيب النصف من تلك العلاقة، حيث أنها علاقـة زوجية، قال الله تعالى: ﴿ وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ ﴾ [البقرة : ٢٢٨] .

⭘⭘⭘⭘

أنا فتاة أبلغ من العمر ٢٣ عاما، بس فيه حاجة مش عارفة ده مرض ولا إيه، أنا في السن ده بيقى عايزة أمارس الجنس، بس مش مع الشباب، لا مع البنات، وبحس بالمتعة أوى لما ببوس بنت معينة، بحس إنى أنا الراجل وهى الست، والمشكلة دى عندى من زمان، ونفسى حد يرد علي ويقول لي إيه اللى أنا فيه ده ويا ريت حد يوصفلى دكتور لو موضوعى محتاج حاجة لأن كمان فيه شخص متقدم لى، وخايفة أوافق ونتجوز وما أحسش معاه بمتعة لأنى بميل للمتعة مع البنات أكثر، بس يا ريت حد يشوف لى حل وشكرا.

آنستى العزيزة. . إن ما تعانين به يسمى بـ "الميول المثلية" أى ميل جنس إلى ذات الجنس ، سواء كان ذاك ذكرا يميل لذكر (أو للذكور عموما) أو أنثى تميل لأنثى (أو للإناث جميعا)، وهذا الأمر ليس غريزيا أو خلقيا كما يظن البعض، أو كما تقول الدراسات الأمريكية بهذا الخصوص (حتى سنة ١٩٧٨ ، كان الباحثون الأمريكون يعتبرون الميول المثلية والممارسات المثلية من الانحرافات الجنسية والسلوكية، ثم فجأة غيروا رأيهم ولكن الثوابت الدينية وهى الثابتة والراسخة أبد الدهر لا تقول ذلك، وهكذا فإن ما تعانيه منه هو اضطراب نفسى وحسي، يمكن أن يتطور إلى اضطراب سلوكى لو خرج الموضوع عن رأسك الصغير أو عن جنبات نفسك.

أما عن أسباب حدوث هذه الحالة فهى كثيرة ومختلفة، وتعود فى أغلب الأحوال الى الظروف المحيطة بالنشأة الأولى حال تكوين الجنس الاجتماعى

للطفل Gender ولذلك فـلا مــانع إطلاقـا من زواجك، أمـا عـن مــسـألة استمتاعك مع زوجك بإحساسك به فلا تخافى من هذه المسألة فهى ستأتى لا محـالة وخاصـة إذا كان الزوج مـتفـهمـا لدوره ناحيـة تفتيح مدارك زوجته لتستوعب فنون إمتاعه والاستمتاع به على حد سواء.

ولكن من المـسـتحـسن أن تخضـعى لبـعض جلسـات العلاج النفـسى للتـخلص من هذا الاضطراب السـلوكى الذى تعـانيـه منه، وبعض جلسـات العلاج الجنسى لـمعرفة كـيفيـة التغلب على هذه المـيول واستـبدالها بمـيول طبيعيـة، ولكن أحسن علاج لك هو الارتباط بالزواج، فإن قالـبك المشاعرى لابد أن يبقى مملوءا، وعلى ذلك فمن الصحى جدا استـبدال ما فيه من ميول غير سوية وغـير صحيحة بأخرى سـوية وصحية وصحيـحة، فوجود زوج فى هذه الحالة يوفر الأداة المثالية لهذا الإحلال، فيكون العلاج أسهل وأسرع غير أنه مؤكد بإذن الله.

وأرجو الا يفهـم البعض أن فى هذا استغـلال للزوج، بل بالعكس، فإنه فى هذه الحالة يكون الأكثر حصولاً على فيض الحب والحنان والميل الجنسى الذى ربمـا ينشده الكثـيرون من الأزواج ولا يجـدونه، إذ أن فطرة الله بالطبع طيبة وسليـمة، قال الله تعالى: "لقد خلقنا الإنسان فى أحـسن تقويم" سورة التين (٤) فلابد أن نـنطلق من هذا المبدأ، ما لا تشوبه أية شـائبة فى أذهاننا، وألا نتاثر بثـقافـة من كفروا باللـه ورسوله ليجـدوا مخرجـا مشـروعا لأهواء ابتدعـوها فأرادوا أن يصـبغـوا عليهـا ثوبا من المشـروعية، فـتكون هذه هى الشماعة التى يعلقـون عليها خطاياهم، فتظل صورتهم بيضاء مـشرقة، كذبا: أمام أنفسهم وضمائرهم.

أنا متـزوجة عن حب، وعلاقتى كـانت جيدة مع زوجى والحـمد لله، ولكن أثناء الحمل، انقطعت علاقتنا الجنسية تقريبا بـسبب خوفنا على هذا الحـمل، لأن الحمل تـأخر بعض الشئ، أمـا بعـد الولادة فقـد كنت مـشغـولة ومرهقة على طول، وبصراحة ما بقتش استمتع خالص إلا فى مرات قليلة جدا، أنا حاسـة أنى أصبحت باردة، وكل اهتـمامى أصبح بطفـلى فقط، مع العلم أن عمر ابنى الآن حـوالى سنة، ولكننا لم نعد نمارس عـلاقتنا الجنسية كـثيرا نظرا لانشغالى، وبدأنا نبعد عن بعض، بس هو ما اتغيرش ، وعلى فكرة هو يعطينى فرصـة كبيرة فى فـترة المداعبـة، ولكنى بصراحة لا أكون مـستمتـعة، لكنى لا أظهر له ذلك علشـان ما يزعلش، لأنى عارفـة أن زوجى يحبنى فعـلا، ويحاول مساعدتى.

لقد سعدت جدا حـقا بهذه الرسالة وما تحمله من استفـسار لأنها فرصة سانحة لتوضيح بعض النقاط والحـقائق على أسس علمية كى تعم الفائدة ليس على الصديقـة السائلة فقط، ولكن على سـائر قرائنا الأحبـاء، ولكن قبل هذا وذاك، أود أن أهنئ أصـدقائنا جـمـيعـا فى سائر أنحـاء العـالم بحلول عيـد الأضحى المبارك، وأطلب إليكم جميعا يا أحبـائى أن نـتشعر معنى التضحية والفداء والذى يكمن وراء اسم العيد "الأضحى" أكثر من اهتمامنا من المظاهر السطحية للاحتـفال بالعيد. ولنتحدث من منطلق التخصص كـما أقبل دائما ، فأقول أن أولى الناس بهذه المشاعر الإيجـابية هو شريك العمر والمشاعر، أى الزوج أو الزوجة، كل تجاه الآخـر، ولتكن هذه هى بداية روح جديدة فى كل

بيت يحـاول كل من خـلالها التـحلى بخلق "الإيثـار" وهو من نفس نسـيج التضحية والفداء اللذين هما الأصل فى الاحـتفال بهذا العيد وليكن السعى إلى ذلك بكل الوسـائل بدءا من الكلام الجمـيل والذى يحمل معـاني ذلك الخلق إلى التصـرفات البسيطة مـثل تقديم الآخر على الذات فى الطعام مـثلا أو فى قـرار مكان الخروج أو الزيارات أو . . أو إلى الـتصـرفات الأكـبر من حـيث تحقيق أمنية غالية مثلا فى ذهن الآخر أو ما شابه . . وتحضرني الآن أعز أمنية يمكن أن تكون فى قلب الجميع وهى أن نكون جـميعا فى المشاعـر المقدسة فى مـثل هذه الأيام من العـام القادم ان شـاء الله فلنهـفو جـمـيعـا إلى ذلك وليـصدق كل فى ذمـته فـى أن يحقق هذه الأمنيـة كل للآخـر أيضا بالدعـاء والتوفير المادي والإقـبال المعنوي كل ذلك مما يصدق النية الخـالصة فيحدث التقـارب أكثر وأكـثر بين قـرناء العلاقة الزوجـية اللذان همـا روح واحدة فى جسدين . .

وقد يتراءى للبعض أننى اغفلت علاقات الرحمة ولكن من أنا حتى أجرؤ على ذلك ولكن هناك نقطتين لـهذه المسـألة أولهـما أن علاقات الرحـمة لها المكانة الأولى وخاصـة فى الأعياد. ثانيهـما: أننى وكمـا قلت أتحدث اليكم دائما من منطـلق التخصص ولا أحب أن أخـرج عن نسـيجه إلى تخصـصات الآخرين فلتكن هذه هى بداية سعيدة لأى حـياة زوجية متوترة ولينحى كل من الزوجين أنانيته التى يتسم بها للأسف كثير من الأزواج والزوجات ولتكن أيضا بداية لحياة زوجيـة أكثر سعادة للعلاقـات المـستقرة ولنعلم جمـيعا أن الشيطان يكره أكثر ما يكره العلاقـة الزوجية المستقرة ويعمل دائمـا على ألا تـستقر فلا يجب يا أصدقائي أن نشمته فينا ونتركه ينتصر علينا.

عودة يا صـديقتي العزيزة لـسؤالك فأقـول لك أن الغرائز الأساسـية لدى المرأة خـمس : الجوع والعـطش والنوم والأمومة والـجنس وتحتل الأمـومة مكانة متقدمة لدى الأنثى ولا يوازي هذه الغريزة أية غريزة لدى الذكر، والأبوة هى ممارسة وليـست غريزة اساسية كالامومـة وبشكل عام حين تنقص إحدى الغرائز الأساسيـة فإن الغرائز الباقية تبـدأ فى الازدياد حتى تعوض ذلك النقص النفـسي الغريزي وحين تظل إحدى الغرائز كامنة وغير محققه لفترة طويلة فانها حين يأتيها ما يحققها تتراجع الغرائز الباقية عن إلحاحها تلقائيا ولو لفترة مؤقتة وخاصة اذا كـانت تلك الغرائز ليست من تلك التى تعـتمد عليهـا الحياة (أى ليست من غرائز البقاء).

وفى ضوء كل هذه الحقـائق العلمية يا سيدتي الـعزيزة نرى أن مشكلتك ذات شقين :

الشق الأول : تراجع الغريزة الجنسيـة وإلحاحها سببهـا تقدم مكانة غريزة الأمومة التى خلقـت معك وتأخر تحقيـقها حتى الآن فمن الطـبيعي أن تطغى على جميع الغرائز الأخرى والتى تتراجع تلقائيا كما أسلفت إجلالا لأسمى ما خلق الله من غـرائز وربما تكون هذه هى الحكمة مـن الفترة اللاحـقة للولادة (حوالـى ستة اسـابيع) والتى هى تراجع للغـريزة الجنسـية وسبـحان الخـالق العظيم.. ولكن الخطأ ياعزيزتي هو أنك استـسلمت لهذا التغيير الذى حدث لحياتك فتـحولت الزيادة فى مقدار غريزة الأمومة من زيادة مـؤقتة وعابرة إلى زيادة مطولة ومـستفحلة وفـى حال وجود طفل رضـيع تكون حجة الانشـغال جاهزة وتكون الأم مـتوقـعة من الأب أن يعذرها دائمـا افتراضـا أن لديه نفس

القدر من الحاح الغريزة ومن الاهتمام باعتــبار أنهما شركاء فى هذا الطفل دما ولحما وحباً .

أما بالنسبة للزوج، فإنه وإن كان لطيفــا وجنونا، إلا أنه غالبا مايشعر بألم نفسى ، لأنه يحس بأنه لم يعــد الأولوية الأولى فى حياة زوجته، ممــا يشعره بعدم الرضا الكامل داخليا، وربما يفرز ذلك بعد حين - طال أو قصر - حالة من عدم الاستــقرار النفسى فى العلاقــة الزوجية عمــوما والحميــمة على وجه خاص.

الشق الثاني: هو عدم تركــيزك الكافى أثناء العلاقــة الحميــمة بينك وبين زوجك، سيدتى الصــغيرة العزيزة، لا توجد امرأة باردة جنســيا، ولكن يوجد امرأة تشكو من البــرود الجنسى، أى أن هذا الأخير هو عرض وليــس مرضا، وبما أنــه عرض، فيــمكن بسهــولة اتقاءه وتدارك طريقــة المعــاناة منه، وذلك بطريقتين سهلتين للغاية:

الطريقة الأولى هى الإقبال على العلاقة وليس الإدبار منها، ويتحقق ذلك بالدعوة إلى العلاقة الحميمة (أى دعــوة الزوج) وعدم الاكتفاء بإجابته لدعوته دائما، أى أن تكونى إيجــابيــة فى سلوكك الزوجى، مــمــا يعلى من درجــة تجاوبك الجنسى تلقــائيا ويحسن من حالة زوجك النفــسية ويعليه من الـناحية الحسية بعد الإحباطات المتكررة الناتجة عن عدم تجاوبك الجنسى معه حاليا.

الطريقة الثانية هى عملك الدءوب على زيادة مقــدار التركيز تجاه التفاعل الحسى مع زوجك أثناء العلاقــة وعدم التحجج ولو أمام نفــسك بأنك معذورة ومشغولة الذهن دائما، أما الآن، فإنى أدعــوك أيضا للاستجابة لغريزة الجنس

لديك التى هى مـوجودة بالفـعل ولكنها توارت إلى الظل مـؤقتـا، وأخرجـها ياصديقى من ظلها - وإنك لقادرة على ذلك وستجـدين خيرا كثيرا بإذن الله، ولتكن عـزيمتك صلبـة قوية واسـبقى نية حـسن التبـعل وتؤجرين فى الـدنيا والآخرة بإذن الله.

٥٥٥٥

د. هبة قطب

للكبار فقط

أسئلة وأجوبة

4

معلومات متخصصة في العلاقات الجنسية من منظور الطب والدين

هلا للنشر والتوزيع

سيدتى الفاضلة..

تابعت عـملكم منذ شـهـور ووجـدت لديكم مـعلومـات أشهـد الله أنهـا أفادتنى كـثيراً وقد نصـحت أصـدقائى بمتـابعتكم للاستـزادة من هذه المعلومات المهـمة التى لا ينكر أحـد أنها تفـيد كل إنسـان فينا، رجـلاً أو امرأة، ولكـن ما استـوقـفـنى هو تكرار كلمـة «الطـب الجنسى» وأنا لم أسـمع من قـبل بهـذا التـخـصص، وبدأت أبحث فى لافـتـات الأطبـاء عن هذه الكلمـة فـأيضًـا لم أجدها، فهل يمكنك أن تشيرى إلى معنى هذا التخصص أو هذه الكلمة؟!

✍ ✍ ✍

* سيدى العزيز..

أشكر لك اهتمـامك ومتابعـتك وأرجو أن ينفعنـا الله وينفع بنا، أما عن تخـصص الطب الجنسى، فـهـو تخـصص مـوجـود فى أوروبا وأمـريكا منذ الخمسينيات من القـرن الماضى، وفى بعض البلدان الأوروبية بدأ هذا التخصص منذ الثلاثينيات، وقد بدأ هذا التخصص من جراء تأثر إنتاجية الأفراد وحالاتهم المزاجيـة، فنشأ هذا العلم حين تنبأ العـلماء من التخصـصات الأخرى بأهمـية وضع الخطوط العـريضة لتخـصص جديد يقـوم بالتعمق فى الوظيـفة الجنسـية بشكل أعمق، مع اسـتمرار تزاوج أجزاء مـنه مع تخصصات أخـرى مثل طب أمـراض النسـاء، وأمـراض الذكورة، والطب النـفسى، ولكن مع حـفظ اللب الأساسى للتخصص منفصلاً عن أى تخصص آخر، وبسبب التقدم الرهيب فى

العلوم الطبـية فى كل المجـالات والإتجاه إلى التـخصـصات حـتى تحت نفس التخصص (تخصصـات دقيقة) فقد استقل الطب الجنسى كـتخصص قائم بذاته وأقيـمت له المعاهـد والأقسـام المسـتقلة بالـكليات والجامـعات، بل والكـليات المتخـصصة الملحق بها مـستشفـيات بل وجامعـات من بابها مثل الجامـعة التى حصلت منها على الدكتوراه فى هذا التخصص فى فلوريدا فى الولايات المتحدة الأمريكية، فهى جـامعة كاملة التخصص فيهـا هيئة التدريس فى الطب الجنسى فقط، أما عن تواجد هذا التخصص، فهو لم يكن موجودًا فى الشرق الأوسط من قبل إلا فى جامعة حيفا فى الأراضى المحتلة فى إسرائيل، فأثار هذا غيرتى أكثر ولذلك سعيت لأخذ هذا التخصص لإفادة من يحتاج إليه، وهو تخصص يهتم فى المقـام الأول بكيفيـة القيام بالعـلاقة الجنسيـة بين الرجل والمرأة بشكل طبيعى وسوى، وفى المقـام الأول كيفية توأمة العاطفـة مع الشق الوظيفى حتى يتم لهذه العلاقـة كمال الأداء بحيث يسـتمتع بها الطرفان بأقصى درجـة، كما يهـتم هذا الفرع من الطـب أيضًا بمشـاكل الرغـبة والوظيـفة والأداء، وأيضًـا الانحرافات الجـنسية بأنواعهـا وعلاجها على أحـسن وجه بأقل مستـحضرات دوائية ممكنة، وفى أقل وقت ممكن بعد دراسة مـا حول الحالة من ظروف عائلية واجتماعية وغيرها.

ومن أهم ما دفعنى أيضًا لأخـذ هذا التخصص لجوء الناس الذين يشكون من أشيـاء تخص هذا التخصص إلى تخصـصات أخرى مما جعلهم يـخسرون الكثير من الوقت والمجـهود والمادة. وأخيرًا أشكرك يا سـيدى على هذا السؤال الذى ربما ألحّ على ذهن الكثيرين من قبل، ولندعو الله جميعًا أن يوفقنا إلى ما يحب ويرضى، وبالله التوفيق.

سيدتى العزيزة

أنا باختصار زوجة أولى لرجل متزوج من ثلاث زوجات، نعم يا سيدتى، من ثلاث زوجات، وقد ظللت أنا الزوجة الوحيدة طوال سنوات الزواج الأولى أو لنقل سنوات الشقاء، أما بعد انقضائها وحلول الوقت الذى كان ينبغى أن نجنى فيه سويًا ثمار تعب السنين، بدأ حاله يتبدّل تدريجيًا، وبالرغم من أنه كان يشرف على الخامسة والأربعين من العمر، فقد بدأ يشترى الملابس المتصابية، وصبغ شعره الذى كان قد بدأ بشيب، وحين فاتحته فى هذه التغيرات قال أنه ملّ الحياة التقليدية وأن من حقه أن يتمتع بحياته، وأنه يجاهد من أجل الراحة الدنيوية الذى طالما حرم منها من أجل تأمين مستقبلنا لمدة تربو على العشرين سنة، ثم قلب دفة الحديث إلى اتهامى فى أننى لا أشعر به ولا أتمنى له الخير، ثم صار أكثر حدة فى كلامه وعلت نبرة صوته فقال: «ولعلمك أنا سأتزوج من شابة لأعيد شبابى لأنى أشعر أننى غير مستمتع معك من الناحية الجنسية». فنزلت الكلمات علىّ كالصاعقة، إذ أن حياتنا الجنسية معًا علاقة جميلة وأزعم أنها ناجحة وكنت دائمًا أنشد رضاه عنها وأسأله باستمرار إن كان يريد منى فعل المزيد لإمتاعه، وكان دائمًا راضيًا عنها، وحين هدأت الأمور وسألته عن هذه الأشياء وذكرياتنا الحلوة المتعلقة بها، قال لى: «وليكن، فلأجرب إن كان هناك ما هو أفضل أم لا».. فلم أتقبل هذا المنطق الذى يلفظ العشرة وينكر شراكة الكفاح وينسى الذكريات المشتركة خلال ما يزيد على عشرين سنة، أما ثمرة هذا الكفاح فأصبحت من نصيب فتيات فى عمر أولادنا،

فـقد تزوج زوجى بالفـعل من الزوجـة الثـانية التى كـانت ابنة لأحـد عمـلائه، وبعدها بستين تزوج من زوجته الثالثة بحجة أن زوجته الثانية لم تضف له متعة جنسيـة جديدة وهو يبحث عن كل سـبل المتعة الـدنيوية، فتـزوج من سكرتيرته وهى أصغر سنًا من الثانية فهى تصغـره بحوالى ٢٣ سنة، ولكنه احتفظ بزوجته الثانية مـن أجل والدها وعلاقتهمـا معًا، واحتـفظ بى من أجل الأولاد على حد قوله، أما علاقـته بى الآن، فعلى المستوى الجسـدى فإنه لا يقربنى إلا إذا طلبت منه ذلك وألححت عليه، أما على المستوى المادى، فإنه يعطينى مصروفات البيت والأولاد بعـد الحسـاب والسؤال والإلحـاح على بأن نوفر فى المصـروف و«نلم إيدينا»، فاجتهدت أن أعرف إن كان هناك مـا يرضيه جسديًا وأنا لا أعرفه أو لا أعمله، فقال لى أن مجرد التغيـير يرضيه بدلاً من أن يظل أسيرًا لشريكة واحدة فى العلاقة وخاصة أنه يملك الآن ما يجـعله يستطيع به أن يملك أسباب السعادة والمتعـة الدنيوية، فـهل عنده حق وأنا أظلمه وأريد حـرمانه كمـا يدعى، أم أننى بالفعل مظلومة فى هذه المنظومة العجيبة بتطوراتها التى عرضتها؟!

✍ ✍ ✍

* يا سيدتى. . لا تأسى على نفسك هكذا، فإنك بنـاء على ما عرضتيه من حقائق من وجـهة نظرك، لم تخطئى فى شىء بل على العكس، ولكنى لا أطلق أبدًا أحكامًا فى المشـاكل الزوجية من هذا النوع إلا إذا سمعت التـفاصيل أيضًا من الطرف الآخر، ولكن دعينى أتطرق لما يتعلق بالـناحية الجنسية، فهناك بالفعل ما يسمى بالملل الجنسى الذى يصيب الزوجين بعد فترة من الزواج، وقد لا يعرف أحد الزوجين أو كلاهما سبب هذا المـلل لجهله أصلاً بأصول العلاقة

الجنسيـة وغياب النمـوذج الذى يمكن أن تقاس عليه هذه العـلاقة فى ذهن كل منهمـا، أما زوجك ففـى سنين الزواج الأولى لم يكن ليفكر فى هذه الأشـياء لانشغاله الشديد ببناء حياته وتأمين مستقبله، أما حين توفرت الإمكانيات المادية وقلت وطأة الانشغال وقع زوجك فريسة لما يســمى بأزمة منتصف العمر والتى تصيب الرجال حول هذه السن لإحساسهم أنهم قاربوا السن التى ستنتفى عنهم فيه صـفة الشباب، فـيسعون بأى طريقـة لإقناع أنفسهم قبل الآخـرين أنهم ما زالوا مرغوبين من الجنس الآخر، ولذلك يكون الاختيـار لشريكة العلاقة غالبًا لفتاة صـغيرة، وهى أزمة نفســية معروفة وخـاصة لمن قضوا صــدر شبابهم فى كفاح مثـل زوجك، أما الآن وقد تمت الزيجات بالفعل فلتســعى يا سيدتى أن تكون أوقاتك المـتاحة مع زوجك سـعيدة تجـرى مواضع رضـاه ومتعـته، وأن تكونى بشوشة الوجه وتشعريه أنك سعيـدة بوجوده معك ولو للفترات القصيرة التى يقضـيها مـعك فهـذا هو أقصى ما تسـتطعين عمله مع السـعى لإصلاح وتحسين علاقتكما الخاصة وليوفقك الله فى مهمتك الصعبة ويعينك عليها وعلى أحاسيسك كامرأة.

أنا رجل فى الأربعين من عمرى، وأعمل فى إحدى الدول العربية منذ صدر شبابى.. تزوجت وأنا فى السابعة والعشرين واصطحبت زوجتى معى إلى البلد الذى أعمل فيه، ثم رزقنا الله بولد وبنت، وفتح الله على برزق كثير والحمد لله، فاختلفت حياتنا إلى الرغد واليسر، وامتلأ بيتنا بالكماليات التى لم نكن نملك السبل لاقتنائها، ومن هذه الكماليات خادمتان آسيويتان لمساعدة زوجتى فى البيت ومعاونتها فى شئون الأولاد، واستمر الحال فى سلام إلى أن جاء وقت التحاق ابنى الأكبر بالمدرسة الإعدادية، ففضلت زوجتى الانتقال إلى الحياة فى القاهرة وخاصة أننا أصبحنا نملك شقة فاخرة فيها والحمد لله، حيث أنها لم ترض عن مستوى المدارس فى المدينة الصغيرة التى أعيش وأعمل بها، وارتضيت بهذا الحال على مضض من شدة تعلقى بأولادى، ولكن كانت هذه الفرقة على أساس أننى سأسافر لهم كثيراً خلال العام الدراسى، وأنهم سيأتون لزيارتى فى الأجازات الدراسية، وقد اصطحبت زوجتى معها إحدى الخادمتين وتركت الأخرى لمراعاة شئون البيت بسبب عدم إجادتى لهذه الأشياء، ومرت الفترة الأولى العصبية من الفراق، ثم بدأت الأمور تصبح طبيعية شيئًا فشيئًا، بل أننى بدأت أشعر أننى محظوظ ببقائى وحيدًا دون رقيب أو محاسب، وفوجئت بالخادمة تتخفف شيئًا فشيئًا من مظهرها المتحفظ التى كانت تظهر به فى أول الأمر، وفوجئت بها أيضًا تبدأ فى التقرب الجسدى إلىّ فمثلاً كنت حين أشاهد التليفزيون مستلقًا على الكنبة كانت تأتى إلى وتدلك جسدى، وكنت أستسلم لها، وكانت تفعل ذلك دون أن تنبس بكلمة واحدة، ثم بدأت فى ارتداء الملابس المثيرة، وكانت تشتريها

لهذا الغـرض خاصـة، واعترافًـا بالحق، كنت لا أصدها فـقد كنت أشـعر أننى أشاهد فيلمًا مـثيرًا ولكن من دم ولحم، وضعفت إرادتى وخاصـة بسبب غياب زوجتى، ثم تطور الموقف بيننا ذات مـرة إلى العلاقة الجسـدية الكاملة.. وكانت هذه هى الزلة التى أفاقتنى من غفوتى، وندمت كثيرًا على فعلتى هذه، وواظبت على مكالمة زوجتى بشكل شبـه يومى كى أقوى عـزيمتى بها وبسـماع صـوتها وصوت أولادى، ولكنى وبـالرغم من كل ذلك، لم أجرؤ على طرد الخـادمة أو إنهاء عملها لدى، أو حـتى تسفيرها لزوجتى، وشاء القدر أن يجمـعنى بصحبة سيئـة، وانفتحت هذه السـيرة، فأفتى أحـد مرتادى هذه الصحبـة أنه من الحلال والحق إقامة علاقة جسـدية كاملة مع هؤلاء الخادمات لأنهن ملك اليمين ولكن لفترة مـؤقتة، وهى فترة تعـاقدهم مع المخدوم، وعلى ذلك فخـلال هذه الفترة، من حقك - على لسـان ذلك الشيطان الآدمى - أن تتخذها زوجـة كاملة لك.. وأدار الشـيطان رأسى بناء على هذا الكلام، واخـتفى شـعـورى بالندم وتأنيب الضمـير، ورجعت إلـى المنزل مشبـعًا بكل هذه الأفكار المسـمومة، واسـتأنفت علاقتى الجسدية معها، وقد أصبـحت العلاقة مقامة بشكل شبه يومى، وغرقت فى الوحل شيئًا فـشيئًا حتى أذنى.. ثم اقترب موعد مـجئ زوجتى إلى، فأسقط فى يدى ولـم أعـرف ماذا أفعل،. وخـاصة أن جـزءًا منى أصبح لا يسـتـغنى عن هذه الخادمة، حيث تعاملنى كالسيد فـى كل شىء، وحتى فى علاقتنا الحميمة.. وبدأ ذهنى ينشغل بأسئلة لا حـصر لها، وأهمها هو كيف سـأتصرف حيال هذا الموقف، وكيف سـأعيش مع الاثنتين فى نفس الوقـت وداخل نفس الجدران؟! وحملتنى أقدامى إلى أقـرب مسجد إلى منزلى، وكنت قـد توقفت عن الصلاة لفـترة كـبيـرة سـابقة على هذه الحـادثة، وأديت صـلاة المغرب فى ذلك اليـوم، وقررت البقاء فى المسجد إلى صلاة العشاء، ففوجئت بإمام المسجد يقترب منى

وكأن الله قد أرسله، ووجدته يقول لي: «يا ولدي ما هي هذه الشدة وهذه الحالة المستعصية التي تشكو منها ؟» فوجدتني أجهش بالبكاء، وأحكي له كل شيء بكل تفاصيله، فاستعاذ بالله من الشيطان الرجيم، واستنكر بالطبع هذا الحكم الشيطاني الذي أطلقه صاحب السوء في ذاك المجلس، كما استنكر تحليل الحرام وتحريم الحلال بشكل لم ينزل الله به من سلطان، ونصحني أن أتوب وأستغفر وأن أرجع إلى الله وأن أتوقف فوراً عما أفعل.. وأن أصرفها فوراً من المنزل، وقبل أن ترجع زوجتي.. وهنا كانت الطامة الكبرى، وأديت صلاة العشاء، وشكرت الشيخ على سماحته وهدوئه، وامتلأت إصراراً على تنفيذ ما أمرني به، ثم توجهت للمنزل لطردها فوراً، وما أن رأيتها في أبهى ملابس وما أن أقبلت عليّ لمساعدتي في تغيير ملابسي بابتسامتها التي عهدتها منها وبكل الإجلال الذي تعاملني به حتى خارت قواي كأن شيئًا لم يكن، وقد أوقفت نفسي في اللحظة الأخيرة عن الوقوع في الزنا مجدداً، أما الآن فأنا في عذاب، فإن أجازة أبنائي من مدرستهم الدولية قد اقتربت وزوجتي على وشك المجئ، فماذا أفعل في ضعفي هذا أمام الطريقة التي تعاملني بها، وأمام وضعها في مقام السيدة في كل شيء؟! فهذا شعور حاولت مراراً أن أسلاه ولكن دون جدوى. فماذا أفعل؟!

✍ ✍ ✍

* لقد ترددت كثيراً قبل نشر هذه الرسالة، فهي نموذج في منتهى السوء لأي رجل أو أي زوج.. حقا.. صدق الله العظيم - حيث قال في كتابه العزيز: ﴿وإن تعدوا نعمة الله لا تحصوها إن الإنسان لظلوم كفار﴾ يا سيدي.. عجيب أمرك حقًا، فقد آتاك الله من كل النعم التي يصبو إليها الإنسان، الشباب والصحة وسعة الرزق والزوجة الوفية، والولد والبنت والمركز

الاجتماعى والحياة المستقرة، فماذا ينقصك حتى يتمكن منك الشيطان لهذه الدرجة؟! يا سيدى، الكمال لله تعالى وحده، ولا يمكن أن يحصل الإنسان على كل شيء ويعيش فى سلام، ولن أقول لك أرض بحياتك الخاصة مع زوجتك بالرغم مما قد يكون فيها من نقص، ولكنى أقول لك حاول أن تغيرها للأحسن وأن تعلم زوجتك ما ينقصها من فنون الإمتاع والاستمتاع حتى يتسنى لكما الاستمتاع بحياة جنسية مستقرة وسعيدة، واعلم يا سيدى أن الظروف غير متاحة للفتاة حسنة الخلق فى مجتمعنا أن تتثقف جنسيا، وعلى ذلك يكون زوجها هو مصدرها الأول والأخير لهذا النوع من الثقافة، فعلمها ما تجهل من هذه الفنون التى تعجبك فى قيام الأخرى بها. وخذ فى الاعتبار كون الجنس موضوع مفتوح على مصراعيه وخاصة فى دول جنوب شرق آسيا حيث تشتهر تجارة الرقيق الأبيض ولا حول ولا قوة إلا بالله.. فاستجمع إرادتك وشجاعتك يا سيدى، واستعن على نفسك بأى ضغوط تعلم فى نفسك أنها ستكون مؤثرة بشكل إيجابى، فأشفق على نفسك يا سيدى من حمل رايتى الخيانة والزنا يوم يحشر الناس إلى يوم لا تزر فيه وازرة وزر أخرى، فضع عنك هذه الرايات المخجلة، فما زال هناك وقت لذلك، ولكن اعلم يا سيدى أن الله يمهل عباده ليرجعوا إليه وليس ليتمادوا فى ظلمهم ومعصيتهم، فاحذر يومًا يرفع الله فيه ستره عنك، فآنذاك لن يرحمك البشر ولن يغفروا لك زلاتك.. فانتهز فرصة هذا الستر وتب إلى التواب الرحيم، الستار العظيم، واعقل كونك تخجل من زوجتك وأولادك وتشفق على نفسك من كشف سرك لهم، فما بال الحىّ القيوم السميع البصير.. أليس هو الأولى بخجلك وبتوقفك عن المعصية لأجله؟!!

✉ تزوجت زواجًا مبكرًا وأنا في سن ٢٣ سنة تقريبًا من زميلة لي في الكلية كانت بيننا قصة حب ملتهبة، ولم يدم زواجنا إلا حوالي ١٥ شهرًا، وحتى الآن لا أعرف لماذا حدث ذلك ولا لماذا تم الانفصال، فقد طلبت زوجتي السابقة الطلاق وأصرت عليه دون إبداء أسباب، بل مع الإصرار على عدم إبداء أسباب، وقد أثار ذلك دهشة الجميع، مما دفع والدتي أن تبدأ في استجوابي عن حياتي الجنسية السابقة مع زوجتي وطبيعتها وما كان يحدث فيها حتى تستشف سبب هذا الطلاق العجيب والذي جاء على غير توقع أي من أفراد الأسرتين.. ومع العلم أن والدتي قارئة ومطلعة ولها ثقافات واسعة في مختلف المجالات بما فيها مجال الثقافة الجنسية، فقد بدأت تعلق بالإيجاب على بعض النقاط التي كانت تميز علاقتي الجنسية وعلى البعض الآخر بالسلب، ولكن في المجمل قالت أن سبب الانفصال لابد وأن يكون أقوى من ذلك، أما عن طبيعة هذه السلبيات التي علقت عليها أمي فهي مثلاً أنني لا أجعل زوجتي تسبقني إلى المتعة في كل لقاء جنسي، ولكن في بعضهم فقط، ومثلاً أيضًا أنني لا أطلب منها أن تتهيأ لي عند كل جماع وبالتالي لم أستطع أن أشعرها بأهميتها وأهمية مظهرها عندي، كذلك لا أثني عليها بعد اللقاء الجنسي مثل أن أشكرها على ما منحتني من متعة فيه مثلا، وحين وسطت ابنة خالتي (وهي صديقة قديمة لزوجتي السابقة) قالت لها أنها لا تجد متعتها الجنسية عنده، وفي واقع الأمر أنها تعجبت أن هذه هي العلاقة الجنسية التي يتحاكون عنها، فهي لم تجد فيها أية متعة ووجدت نفسها ترفض الاستمرار في حياة تخلو من المتعة التي طالما سمعت عنها وعن كونها النعيم في الأرض.

وحين استفسرت منها عن وجود أى سبب آخر أو مآخذ عليّ مثلاً أجابت بالسلب وقالت أنها لا تعيب عليّ أي شيء آخر فى الخلق أو المعاملة.. ومنذ ذلك الحين وأنا يلح على خاطرى ذاك التساؤل وهو: هل يكون هذا سببًا للطلاق والانفصال بعد هذه المدة القصيرة من الزواج؟ وحين سألت أصدقائى من الرجال أجابوا أنهم لم يتحدثوا مع زوجاتهم صراحة فى هذا الخصوص (وهما صديقان مقربان منى) ثم قالوا أنه طالما لا تشكو المرأة إذن فالأمور على ما يرام. وأنا الأن أشعر أننى فى حيص بيص، ولا أعرف إن كان هذا هو الكلام الصحيح أم ذاك؛ ولا أعرف إن كان هو السبب الحقيقى لرغبتها فى الانفصال أم أنها مجرد حجة لتغطية سبب حقيقى لا يعرفه أحد.. فأفيدونى أكرمكم الله.

* يا سيدى، إن قصتك هى أليمة حقًا، فإن من أكثر الأشياء التى تثير شفقتى هى الآلام النفسية التى تصيب الشباب فى سن حديثة مثلك، وخصوصًا إذا كان التفسير لهذه الأزمة أو هذه الأحاسيس غير واضحة الملامح، مثلما هو الحال فى قصتك هذه، ولكن بالطبع على الجانب الآخر، لا يمكن الحكم الصحيح على الأمور إلا إذا تم سماع وجهتى النظر لطرفى العلاقة وخاصة الزوجية، ولكننى سأجيب عليك فى إطار قوانين عمومية تحكم العلاقة الجنسية (الزوجية الحميمة) بين الرجل والمرأة؛ إن هذه العلاقة تبدأ بالطبع بالزواج، وتنقسم إلى عنصرين هامين، الأول هو عنصر الوظيفة، وهى وظيفة غريزية تلقائية يسهل على الجميع القيام بها، فهى مسألة ميكانيكية بحتة يحدث فيها التقاء عنصر ذكرى وآخر أنثوى، وهذا يحدث على مستوى جميع

المخلوقـات منذ فجـر التاريخ، أمـا ما خص الله تعـالى به الإنسان دون سـائر خلقه، فـهى تلك الأغلفة الانفـعالية والمشـاعرية التى يجب أن تسـير فى خط متوازٍ مع القـيام بالوظيفة، وفى هذه الحالة يكون هنـاك بعض المتطلبات لإنجاح تلك العلاقة بعضها يقع على عاتق الرجل والبعض الآخر يقع على عاتق الفتاة (المرأة) أو العروس فى حـالتنا هذه، وإن كانت مسـئولية الرجل أكـبر فى هذه المرحلة الأولى من الزواج، بصـفة أن المرأة يمنعـها حـياؤها فى أول الأمـر عن الإفصاح عن مشاعرها ورغبـاتها، ومن مسئوليات الرجل أيضًا فى هذه المرحلة أن يزيل هذه الحواجز النفسية فضلاً عن قدرته على اجتذابها واجتذاب مشاعرها وإثارة عـواطفهـا مما ينعكس إيجابًـا على استـمتـاعهـا الجنسى وقدرتهـا على مشاركتك العلاقة بنجاح وتفاعل. ودعنى هنا أحيى والدتك وسلوكها المتحضر فيما أوردته عـنها فى رسالتك، وليت كل الأمهات يدركن أهميـة هذه العلاقة فى إنجاح الزواج أو إفشاله. . أما عن التفاصيل التى سردتها والتى علقت عليها والدتك بالسلب فلـها كل الحق فـيـها، ولكن أولاً وأخـيـراً تلك هى مجـرد تفاصيل للب واحد لـلمشكلة ألا وهو أن المرأة تحكمها المشاعر والعـاطفة بنسبة تصل إلى ٨٠٪، أى تحكم استـمتـاعها وقـدرتها على التـفاعل مع زوجـها، وتشكل الوظيفـة النسبة لهـا حوالى ٢٠٪ أو ربما أقل، بل إنها إذا أحست من زوجها أنه مهتم بمسألة الوظيفـة بنسبة أكبر من ذلك، يرسب هذا عندها شعوراً بالاستغـلال والاستهانة، وتشعر بأنهـا مجرد آلة لإمتاع زوجهـا وليست إنسانة ذات أحاسيس لابد أن تحترم، كما لابد أن يحترم حقها فى المشاركة العادلة فى هذه العـلاقة الثنائيـة ليس فقط بالإمـتاع ولكن أيضًـا بالاستـمتـاع. . أما عن

أصدقائك وما قالوه لك فأنا أنصحهم أن يبدأوا هم حوارات مع زوجاتهم حول هذه العلاقة وليسألونهن عما إذا كن يستمتعن بها أم لا، وإن كان لهن تحفظات عليها أم لا، وإن كن ينشدن الأحسن فيها وكيف عسى أن يكون ذلك، كذلك أود هنا الإشــارة إلى عنصر هام من عناصــر نجاح العــلاقة الجنسيــة بين الزوج والزوجــة، وهى الحديث أثنــاء الجمــاع، ويكون ذلك بالتــعبيــر عن المشاعــر الشخصية، وأيــضًا سؤال الآخر عن مشاعره وعن درجة استــمتاعه، ولا يخلو الأمر من بعض التعليــمات التى ينشد بها أى من الأطراف متعــة أكبر، أو التى يعبر بهــا عن عدم استمتاعــه بطريقة معينة للمداعبــة مثلاً، يكون كل ذلك فى إطار حديث رقــيق وهو المسمى فى عالم الجنس بـ «حــديث الفراش»، والذى ينصح به أطبــاء الطب الجنسى حــول العــالم، مما يكون له من أثر إيجــابى فى نفس الشريك فى العــلاقة، ومما يزيد التــقارب بين الطرفين بشكل كبــير، على المستويين النفسى والجسدى.

عمومًا يا صديــقى، إن هذه النصائح العلمية أقدمها لك كى تســتفيد منها فى زواجك القادم بإذن الله إذا فشلت محاولاتك فى استرداد زوجتك الســابقة، وأعلم أن الله لا يقدر شــرًا أبدًا، وإن قصرت حكمة العقــل البشرى عن إدراك الخيــر وراء هذه المقدرات.. وفقك الله لما يحــب ويرضى ورزقك بما فيه خــير لك.

✉ **أنا حديثة الـزواج ولى الآن أربعة أشهر متـزوجة، لكن إلى الآن لم تفض البكارة لدى، وكلمـا حـاول زوجى أن يفضـها أحس بألم شـديد مع العلم بأنه يكثر المداعـبة ويستخدم كريمات مليـنة، ومع ذلك أشعر بنفس الألم، وعندما يحاول إتمام العلاقة الحميـمة أرى أن عضلاتى أغلقت لا إراديًا وحينها لا يستطيع زوجى الإتمام. لا أدرى ما هو السبب مع العلم أننى أحب زوجى.**

✍ ✍ ✍

* يا فـتاتى العـزيزة، هذه هى حالة شـهـيرة ومـتكررة ويطلق عليهـا: «التشنج العصبى المهـبلى» وهى حالة لا إرادية فعلاً تصيب الكثيـر من الفتيات من جراء خوف شـديد من الجماع وما يحيط به من هالة غامـضة والتى السبب فيها هـى الإسقاطات الثقافيـة والاجتماعية والتى تصـور الجماع على أنه شىء مؤلم ومريع ولا شىء أشد منه سوءًا، وقد زاد من هذه المسألة ثقافة الخوف من الجسد الموجودة فى مجتمعنا والتى تسببت فى وصول معلومات سلبية دائمًا عن ليلة الزفاف بين الفتيات بعضهن البـعض. . أما عن علاج هذه الحالة فهو سهل ومضمون ويـحتاج لحوالى ست جلسات علاج جنسى تعـود بعدها الأمور إلى نصابها بعد زوال الخوف الدفين فى العقل الباطن من هذه العلاقة وما يحيط بها من معلومات غير حقيقية ومفتراه ومتوارثة عبر الأجيال.

✉ أكتب إليكـم بعد أن ضاقت بى السـبل فأرجـو أن أجد عندكم الملاذ، أنا رجل فى الخمسين من العمر، تزوجت منذ ثمانية عشر سنة من إحدى فتيات الحى التى كانت مغرية لكل شبـاب الحى بجمالها ودلالها، فقد كانت لا تخرج إلا فى كـامل زينتها وتمشى مـتهادية فكان الجـميع من الشبـاب والرجال ينتظر مـوعد خروجـها إلى السـوق لشراء طلبـات بيتهم حـتى يمتعوا أعـينهم بالنظر إليهـا.. ولم تكن أكملت تعليمـها بسبب انشغـالها بجمالهـا ومظهرها، وفى ذات الوقت كنت أنا أصـغر الاخـوة فـحين مرضـت والدتى كـان لابد أن أتزوج لكى أتى بمن تخـدمـها، وفكرت فـى هذه الفتـاة كـأول من طرأ فى بالى بالطبع، وخاصة أننى علمت من أخواتى أنها «ست بيت شاطرة» وتمتاز بالنظافة والذوق الراقى، وكـانت من ضـمن مقـوماتى فـى التطلع إلى موافـقـتهـا على الزواج منى أننى كنت الشـاب الجامـعى الوحـيد فى المنطقـة الشعـبيـة التى كنا نسكن فيها.. وبالفعل تم القـبول المبدئى بين الأسرتين، وفى إحدى المرات التى كنا قد خرجنا فيها معًا كـعروسين للنزهة، أخذتها إلى شقة أختى - التى كانت موجـودة بالخارج مع زوجـها فى ذلك الوقـت - وكـانت أول صدمـة لى فيـها حين لم ترفض ذلك، واسترسلت فأخذتها إلى غرفة النوم وهى مستـسلمة تمامًا، ثم حدث ما حـدث بيننا ولكن دون إتمام العلاقة الفعليـة، حيث رفضت هى أن تتطور الأمـور إلا إلى هذا الحد مـبررة ذلك أنهـا تريد إدخـار هذا الشىء لليلة الزفاف للشعور بنشوتها وفرحتها، ومنذ تلك الليلة وأنا لا أشعر بالارتياح لهذا الزواج، وخاصة بعد أن رأيت منها الاستسـلام والاستجابة، بل التفاعل الجسمى

والانفعـالى الذى نادراً ما يكون من البكر أو الفـتاة الحييّـة، ولكن لم يكن هناك بد من إتمام هذه الزيجة حيث لم يكن لدى أية أسبـاب أستطيع بها التراجع أمام أهلى وأهل الفتاة، وقد تم الزواج بالفعل، وجاءت الصدمة الثانية فى حياتى مع هذه المرأة حين اختلينا ببعضنا البعض فى ليلة الزفاف، وكنت أنا مرهق ومنهك القوى فـقلت لها أننى أفضل أن نرجئ إتمام العـلاقة الحميـمة لمدة يوم أو يومين حتى أكـون فى حالة صـحية ومـزاجية أفـضـل من الحالة التى أنا عليـها حـاليًا، فرفضت رفضًا باتًا وغضبـت منى وهددتنى بالخصام إذا لم أتم هذا الموضوع فى تلك الليلة، فـحاولت ذلك إرضـاء لها، ولكن لم يسـعفنى الانـتصاب بسـبب إرهاقى الشديد، فـأصرت أيضًا هى أن أتمم هذه العمليـة بأية طريقة ولو يدويًا، فلما رفضت ذلك بحجـة أننى أريد الاستمتاع بهذه العـملية وأن أؤديها بطريقة طبـيـعيـة، هاجت ومـاجت واتهـمـتنى بالعـجـز وقـالت أن هذه عـلاقة غـيـر مبشرةلحياتنا الزوجـية، وأن هذا هو أول طلـب تطلبه منى وأنه من حقها و.. و.. و.. فاضطررت لإتمـام ما أكره وهو فض بكارتـها يدويًا، ومرت الليـلة بسلام، ولكن تاركة فى ذهنى وسـاوس رهيبة تكرر علىّ أن فى الأمر شيئًا، وهذا الشىء لابد وأن يكون أنها قـد أجرت عمليـة ترقيع للبكارة وخـافت أن تتأخر عـملية الفض فتنتهى صـلاحية العملية.. وحـاولت جاهداً أن أطرد هذه الوسـاوس من خاطرى، ولكن الظروف كانت دائمًا ضـدها، فكنت ألحظ أنها تقوم خلسة من جـانبى فى قلب الليل مـعتـقـدة أننى نائم وتذهـب للتـحدث فى الـتليفـون مع شخص فـشلت فى معرفـته فى أول الأمر، ولكـنى اكتشـفت فيمـا بعد أنه ابن عمتها، كـما لاحظت أنها تختلس النظر إلى شباك غرفـة النوم الخاصة بجار لنا فى نفس العمارة حتى تشاهده حال نومه أو تغيير ملابسه، كما كان من الواضح

أنها تغيـر أسلوب كلامها ونبرة صـوتها حال وجودنا معًـا فى حضرة أى رجل غريب حتى تتحول إلى النبرة المغرية كـنبرة بنات الليل - والعياذ بالله - واستمر الحال عـلى هذا المنوال لمدة الست سنوات الماضيـة - وهي عمـر زواجى كله - وقد أنجـبت فى هذه الفترة اثنين من الذكـور، وبالطبع يطرح السـؤال نفـسه هنا: لماذا لم أطلقها حتى الآن وأخلص نفسى من كل هذا الجحيم؟!

فأقول أنها الوحيـدة التى تتحمل مسئولية البيت ومسئـولية والدتى القعيدة بما فيها نظافتـها الشخصية والتى يصعب على أى أحد القـيام بها، وقد حاولت إصلاحـها مـرارًا وتكرارًا وفاتحـتهـا فيـما يسـوءنى منها، فـما كان مـنها إلا أن فاجأتنى بصدمة أخرى وقـاصمة لظهر أى رجل، وهى طعنى فى رجولتى قائلة أننى ضعيف جنسيًا من ناحية التركيب العضوى والأداء الجنسى، فالتجم لسـانى ولم أعرف بما أرد على هذه الاتهامـات المهينة بالرغم من أننى لم أشك أبدًا فى قدرتى الجنسيـة أو من أعضائى من ناحية الحـجم أو الوظيفة.. ومنذ ذلك الحين وهى تتصرف من منطلق - خلع برقع الحياء - فـبدأت تلعن حظها جيئة وذهابًا وتلعن ذلك النصـيب السئ الذى أوقعهـا فىّ متـمنية أن تكون قـد عرفت هذه الأشياء قبل الزواج كى تنقذ نفسـها من هذا الجحيم الذى يصلح لامرأة لابد أن تكون دونها جـمالاً وأنوثة.. وهكذا انقلبت الطاولة علىّ وأصـبحت أنا المذنب بعد أن كنت الشـاكى؛ وزادت جراءتهـا فى المجاهرة بما كانت تـخفيـه من قبل وتفعله خلسة، حـتى تحولت حياتى إلى جحـيم معها حتى أننى الآن أشك فـيها وفى كل ما تفـعله وأشك فى أنها خـالصة لى كزوجـة أو كشريكة فى العـلاقة الفراشية، ومـا زاد وفاض الآن هو شكى فى أبوتى لأولادى - أو المفترض بهم أن يكونوا أولادى -، والآن أنا لا أعـرف مـاذا أفـعل.. وهل وسـاوسى التى

عرضتــها منذ أول معرفــتى بها فى محلها أم لا؟ وهل لهــا خبرة جنسيــة سابقة للزواج أم لا؟ وهل أجـرت جراحــة لترقــيع البكارة أم لا؟ وهل أنجبت هذين الطفلين منى أم لا؟ إنى أشعر أننى سأجن.. أرجوكم ساعدونى..

* يا سـيدى العـزيز. . هون عليك، فـإنى أشفق عليك من هذه الحـالة النفـسية المتردية التى وصلت إليها الآن، والتى من شأنها أن تزيد الأمور سوءًا، ولذلك فإنى أنصحك مبدئيًا وقبل الخوض فيما تسـأل عنه أن تلجأ لأحد الزملاء الأطباء النفسيين لمساعدتك فى لملمة شتات نفسـك وعلى تجاوز هذه الأمور. أما عما تســأل عنه بخصوص زوجتك، فبالطـبع لا يمكن الجزم بشىء منه حيث لا تجتمع الأدلة الكافية والمؤكدة التى تدينها، وهى تهمة كبيرة وقاسية - تهمة الزنا - فلا تركن إلى مظاهر من تصـرفاتها لإثبات شىء خطيـر كهذا؛ ولكن هناك نقطتين أود التعليق عليهما:

أولاً: مـسألة الاختيـار الصحيح للزوجة - أو الزوج - والأسس التى يقوم عليها هذا الاختيار، وقد أراحنا الله سبـحانه وتعالى أن هدانا لمفردات الاختيار الصحـيح للزوجة، وهى أن تكون مـبدئيًا ذات دين، كى يطمـئن قلب المؤمن وتهدأ نفسـه ويعـيش بقية حياته آمنًا ساكنًا مـطمئنًا. . قال رسول الله ﷺ. . «فاظفر بذات الدين تـربت يداك»، إذن المقاييس التى بنيت عليها أنت اخـتيارك لم تكن المقاييس الصـحيحة التى نصح بها الرسـول ، ومن المنطقى أن ما بنى على باطل فـهو باطل، ولذلـك فقـد توالت الأحداث من سـيئ لأسوأ حـتى وصلت بكما سفينة الحياة إلى هذا المرسى المؤلم.

ثانيًا: مسألة القدرة الجنسية وخاصة عند الرجل، ليست لها مواصفات قياسية مثل الكتالوج الذى يسرد نقاطًا محددة يكون بها الرجل طبيعيًا إذا استوفى هذه الشروط، ولكن مقياسها الوحيد هو حدوث الانتصاب والقذف دون شكوى أو خلل، واستمتاع الطرفين بهذه العلاقة الخاصة، أما مسألة الضعف الجنسى فهى تعبير مبهم لا هوية له ولا يمكن أن يطلق عشوائيًا حين يطيب لنا أن نجرح كرامة أحد الرجال به.

أما ما أريد أن أقوله لك أخيرًا يا سيدى أنك الآن فى مفترق الطرق، ولابد لك أن تقرر ما تريد، فلا يمكن أن تفوز بكل شىء، فهناك دائمًا الجانب المشرق والجانب المظلم، أما إذا قررت وضع حد لهذا الأمر وأعلنت شكك فى زوجتك (ولكنى لا أنصح بذلك طالما تفتقر إلى الدليل)، فلتجر تحليل للبصمة الجينية لأبنائك للتأكد من أبوتك لهم (DNA Fingerprinting)، ولكن أعلم أن هذه ستكون نقطة النهاية فى علاقتك بزوجتك، وستكون صدمة قوية للأبناء إذا علموا بذلك فى أية مرحلة عمرية قادمة.. أما ما أرجحه أنا من حل فهو عدم اليأس من إصلاح زوجتك، ولتنصحها بالحسنى ولتلجأ لبعض رجال الدين لمساعدتك فى ذلك، وأن تجتهد فى الدعاء لك ولها بالهداية.. وفقك الله لما يحب ويرضى.

✉ أنا رجل أبلغ السابعة والثلاثين من العمر، تزوجت منذ ١٢ سنة من فتاة التقيت بها فى أثناء دراستنا الجامعية، وارتحت لشكلها وأخلاقها، وأعجبتنى شخصيتها وطريقة تفكيرها بالرغم من كونها شديدة النحافة، وبالرغم من كونى غير محب بشكل عام للفتاة النحيفة، ولكنى استطعت تخطى هذه العقبة النفسية فى فتاتى آنذاك بسبب ما أسبقت من محاسن أخرى فى شخصيتها، فقد كان فيها كل الصفات التى يحلم بها أى شاب وتمت الخطبة والزواج دون مشاكل ولا اعتراض من الجانبين والحمد لله، وحانت ليلة الزفاف، ولم أكن قلقًا بشأنها بتاتًا، فقد كنت مطمئنًا لقدرتى الجنسية تمامًا، ولذلك لم يساورنى أى قلق بهذا الخصوص.. ولكنى فوجئت بنفسى وقد فقدت حماسى للموضوع برمته بالرغم من البداية السليمة التى بدأت بها، ولكن بمجرد أن تجردت زوجتى من ملابسها، رأيتنى أفقد كل اهتمام بالموضوع مما انعكس على قدرتى الجنسية التى توقفت فجأة وكأن أحدًا قد أوقف زر التشغيل الخاص بها، فكان موقفًا سيئًا للغاية، وبالطبع لم أجد له تبريراً فى تلك الليلة، فحاولت الاعتذار بأنه لابد وأن يكون السبب هو شدة الإرهاق، أو عدم وجود خبرة جنسية سابقة، وغير ذلك من الحجج الواهية التى اضطررت للجوء إليها مع تكرار نفس الحالة فى خلال الأسابيع الأولى للزواج، ثم أصبح موقفى حساسًا وسيئًا للغاية فاستشرت أحد الأطباء النفسيين دون علم زوجتى، فنصحنى بأن أستحضر أى خيال يسبب إثارتى حال وجودى مع زوجتى وأن أقوم بالمهمة

كوظيفة بحتة دون انتظار أن استثار من زوجتى نفسها. وبالفعل حاولت أن ألجأ إلى هذه الحيلة وقد أفلحت فى بعض الأحيان وفشلت فى الأحيان الأخرى حتى تأكدت زوجتى من أننى مصاب بحالة ضعف جنسى - وهى بالطبع معذورة فيما اعتقدت - وبدأت تتعامل معى على هذا الأساس، وأشفقت عليها كثيراً حين كنت أرى الرغبة فى عينيها ولكنها كانت تمنع نفسها من التعبير عن رغبتها خوفًا على شعورى؛ ثم أحسست نفسى بين كفتى الرحى؛ فلا أنا أستطيع أن أتركها بسبب لا ذنب لها فيه وخاصة أنها امرأة رائعة بكل المقاييس - فيما عدا مسألة النحافة التى سببت لى كل هذه المشاكل - ولا أنا أستطيع أن أجعل نفسى أتقبل شيئًا لا يثيرنى بل يجب أن أكون إيجابيًا فى مقابل شىء يصيبنى بالفتور رغمًا عنى. ثم قررت بعد طول حيرة أن أكمل حياتى مع زوجتى على أى شاكلة وخاصة حين حملت فى ابنتى الكبرى، واستمرت بنا الحياة على هذا الحال، دون سخونة ولا حماس، حتى أنجبنا ابنتنا الأولى ثم الثانية، وأصبحت البنات بالنسبة لى هما الدنيا وما فيها، بل أنه كان عندى بعض الأمل فى أن يزول العيب الذى ينفرنى من زوجتى بعد الإنجاب مثلها مثل الكثير من السيدات اللاتى يكتسبن بعض الوزن الزائد من جراء الحمل والولادة والرضاعة وما شابه، ولكن لم يحدث ذلك بكل أسف، فبعد الشهر الأول بعد الولادة تعود زوجتى إلى مواصفاتها الجسمانية الأولى.

أما الآن، فالمشكلة أننى أصبحت غير راض عن حياتى الجنسية، ويظل سؤالى يؤرقنى بشدة، وهو: إلى متى سأظل كابتًا لرغباتى الجنسية ومتظاهراً بالاستمتاع بالرغم من أن هذه ليست الحقيقة؟! ولم لا أبحث عمن تثيرنى

بمواصفاتها الجسمانية فيتحقق لى كمال الاستمتاع وأخرج من هذه الدائرة المفرغة التى لا أعرف لها أولاً من آخر؟ أقول هذا ولا أستطيع حقًا تصور حياة يومية دون زوجتى وابتسامتها الرقيقة وحبها الشديد وحنانها الجارف وتضحيتها اللانهائية من أجلى ومن أجل البنات؛ ولكن لعن الله إلحاح هذه الغريزة وهذا الصوت الذى لا أستطيع إسكاته .

وسؤال أخير.. هل هناك من حل يجعلنى أمسك العصا من الوسط، فأحتفظ بزوجتى بكل هذا الميراث وفى نفس الوقت أشفى إلحاح رغبتى فيتحقق لى الرضا الكامل عن حياتى ؟!

أرجوك يا سيدتى ساعدينى، فالتفكير فى هذا الموضوع يكاد يقودنى للجنون.

✍ ✍ ✍

* يا سيدى الفاضل..

إن المسألة أبسط كثيرًا مما يصورها لك خيالك، ولكنى لا أعفيك من ذلك الجزء من المسئولية الذى قادك إلى التفكير فى هذا الجانب القاصر فى زوجتك دون غيره من الجوانب الإيجابية الكثيرة والتى أشرت أنت إليها بنفسك، هذا فضلاً عن أن هذا «العيب» الذى ينغص عليك حياتك مع زوجتك فى حقيقة الأمر ليس بهذه الشدة ولا بهذه الضخامة التى تصورها، واسمح لى أن أسألك: «هل أخفت عنك زوجتك هذا قبل الزواج ؟!» لا أعتقد، فأنت تقول أنك تعرفها منذ أن كنتما زميلين فى الجامعة، وعلى ذلك من المؤكد أنك كنت

تعـرف قبل الزواج أنهـا نحيـفـة . . هذا شيء، أما الشيء الآخـر هو أنك لم تصارحها بأن هذا هو السبب فى أنك تبتعـد عنها، حتى أنك فضلت أن تعتقد فيك مـا يشين الرجل فى أعز مـا يملك وهو فحولتـه وقدرته الجنسـية، عن أن تصارحها أنك فوجئت أنها نحيفة للغاية، ولا يشترط أن تقول لها ذلك بطريقة جارحـة قد يكون لهـا أثرًا سلبيًا فى نـفسهـا، ولكن كأن يمكنك أن تقـول لها بطريقة سلسـة ومتقبلة أنك تفضل لو أنها اهتـمت بصحتها بشكل أكثر قليلاً مما هى عليه الآن ولو باتبـاع ريچيم لاكتسـاب الوزن حـيث أنك تفضل المرأة ذات الوزن الأكـثر قليـلاً من وزنها الحـالى، ولا بأس من إضـافة بعض الكلمـات الرقيقـة التى تؤكد حبك لها وافـتتانك بها أيًا كانت مـواصفاتها ولكنهـا مجرد ملحوظة أردت أن تصل لها، وأؤكـد لك يا سيدى أن أى زوجةستـسعى بشدة بعد موقف كهذا لرضا زوجها وعمل ما يعجبه أيًا كانت التضحيات التى يمكنها القيام بها، وصدق أولاً تصدق، فـإن هذا الكلام الجميل يرقق أيضًا قلب قائله وليس فقط مستقبله، فأنا أزعم أنك إذا قـمت بهذه المحاولة الآن ستجد نفسـك تشعر بسكينة وراحة تجـاه هذا الشعور الذى يفجر نفسك والذى يتخـذ كتمانك سـلاحًا ينـغص عليك حيـاتك، وإن امـرأة بمواصـفات زوجـتك على وجـه الخصـوص ستسـعى بمنتهى جهـدها إلى عمل ما يرضـيك منها، فإن صـفات الزوجة - والزوج بالطبع - هى منظومـة متكاملة؛ ومنظومة شخصـية زوجتك كما استخلصت مما سردت من صفاتها، هى منظومةعطاء، فانتظر من شخصية كهذه كل أنواع العطاء طالما تقوم أنت بتغذيتها بالحب والحنان.

شيء آخر وهو الأهم كـما أعتـقد أحب أن أعـرض له هنا، وهو كيفـية التغلـب من ناحية الوظـيفة الجنسـية على مـا قد يثبط الاستـثارة عند الرجل

تحديداً: يا سـيدى العزيز، إن الرغبـة الجنسـية عند الرجل من السـهولة بمكان، حتى أنك يمكن استحضارها بأقل المثيـرات الممكنة، إذن فالمرحلة الأكثر صعوبة فى مثل حـالتك هو كيفيـة الدخول إلى الحالة المزاجـية التى تفرز استـجابة من الأعضاء (الانتصاب) للدخول إلى الدورة الجنسـيـة، وهى مسألة تلقائية عاطفية فى المقام الأول، وأقـصد بكونها تلقائـية أنها لا تحتـاج عوامل مساعـدة كالتى أشرت إليها، ولكن أيضًا لا يجب استحـضار الأشياء التى لا تثيرك كرجل فى المرأة فى ذلك الوقت، أى أن الحالة الطبيعيـة هى سريان الدورة الجنـسية بشكل منساب وتلقائى إلا إذا وضـعنا أمامها العراقيل. . وفى حـالتك، هذه العراقيل هى التفكير المستـمر فى وقت الممارسة مع زوجتك أن نحافتـها لا تعجبك ولا تثيـرك وأنك تستحق أفضل من ذلك وأن مـن حقك أن تـستمـتع بشكل أفضل و. . و. . و. . . كل هذه الأفكار التى تجـتمع فـى رأسك فى تلك اللحظات الحميمة تحديداً هى التى تسـبب فشلك جنسـياً فى بعض الأوقات، وهى بالطبع من فعل وسـاوس الشيطان الذى من شأنه أن يـشوه أية علاقة زوجـية سعـيدة وخاصة تلك التى تجمـع زوجين متحابين ومتفاهمين مـثلكما (أدام الله عليكما السعـادة والهناء)، ولذلك فـأنا أدعوك من فوق هذا المـنبر أن تفعل عـكس ما نصحت به من قبل، أى أنك يجب ألا تـستحضر أية أفكار، لا مثيرة ولا مثبطة وستجـد أن الأمور ستـسير بشكـل تلقائى ناجح وجميل وممتع، تغلفهـا الرغبة الصادقة المزينة بالحب والمودة. . وفقك الله.

✉ أنا سـيدة أبلغ من الـعمـر ٥٧ سنة، وزوجي يصـغرني بحـوالى الستين، أى أنه يبلغ من العمر ٥٥ سـنة، منذ حوالى ٤ سنوات، أصبت بنزيف رحمي حـاد اسنلزم اسـتئصـال الرحم، وعلى ذلك ظللت تحت العـلاج ما بين نزيف وعـلاج وما بعـد العـمليـة وعلاج هرمـونى لمدة حـوالى السنة، فى هذه الأثناء كـانت العلاقـة الجنسـية بينى وبين زوجـى منقطعة تمامًـا لسـوء حالتـينا النفسيتين، وقلقنا من مصير المـرض الذى أصابنى، ومن ثم مصيرى الشخصـى، ولكن بفضل الله انقضت هذه الفترة بحلوها ومـرها وعدت إلى حالتى الصحية الطبيعية الأولى - وربما أحسن - فبدأ زوجى يطالبنى باسـتعادة علاقتنا الحميمة مرة أخـرى، واستغربت طلبـه فى أول الأمر، فلقد كنت نسـيت تمامًا هذا الشق من حياتى، واعتبرته قد ذهب بغير رجعة، فصدمت لطلبه فى أول الأمر، وكنت أؤجل إجابتـه إلى ما يريد تارة، وأتحجج بأى عذر تارة أخـرى، حتى اضطررت إلى الاستجـابة لإلحاحه، وآنذاك كنت أؤدى هذه المهمة جـسدًا بلا روح، وكان يغمرنى إحساس بأنه قد انقـضى هذا العهد الذى يجب على أداء كهذا، عكس ما كان لى فى السابق عن مشاركة فى العـلاقة، والمساهمة فى الإبقاء على دفئها والإجادة فيـها، وحين تساءلت بينى وبين نفسى عمـا قد يكون السبب فى ذلك أدركت أنه الرحم المسـتأصل الذى قطـعًا اسـتأصل مـعه الرغـبة والقـدرة على المشاركة فى العلاقة الجسدية الحمـيمة، وحين صارحت زوجى بذلك، وواجهته برأيى فى أن زمن هذه العـلاقة قد انقـضى بمضى العمر وكـبر الأولاد، وزواج بعضهم، هـاج وماج ورفع صوته فى اهتدار لـم أره منه من قـبل، واتهمنى بأننى

أغير ثوابت فى الحياة وأدعى حقائق علمية ما أنزل الله بها من سلطان، كما أصر على حقه فى أداء هذه العلاقة قائلاً أن الرحم المستأصل هو عضو موجود داخل البطن ولا علاقة له بالأداء الجنسى، كما استرسل فى الحديث مشيراً إلى برودى فى الفراش فى المرات القليلة التى جمعتنا بعد العملية الجراحية، وظل يهددنى بأنه سيؤتى تصرفًا لا يعجبنى إذا ما أصرّيت على نفسى الرأى وظللت على نفس الحال.. وحاولت تهدئته بعد هذه الثورة العارمة التى فوجئت بها، فهدأ نوعًا، ولكن ظل مصراً على تهديده الأخير، ومرت بضعة أيام ثقيلة جاءنى بعدها بعدد من مجلتكم وعرض علىّ أن نحتكم إلى بابكم وإليك يا دكتورة، وقد تعهد أنه سينفذ ما سيجئ فى ردكم الكريم على أن أنفذه أنا أيضًا، وبالفعل اتفقنا على ذلك، وهأنذا أحتكم إليكم، فما هو الصواب وما هو الخطأ؟

✍ ✍ ✍

* سيدتى العزيزة. .

أولاً: أود أن أشير إلى أول سطور قصتك، وهى البداية بالإشارة إلى أنك أكبر من زوجك سنًا، وكأنها مسألة أساسية ورئيسية فى موضوع الرغبة الحسية والعلاقة الجنسية، وهذه أول نقطة وددت الإشارة إليها لإفادتك فى اعتقادك الدفين هذا الذى ربما أنك لم تشيرى إليه صراحة، ولكنى قرأت ما بين سطور قصتك أنك ترمين عليه بالمسئولية ولو بشكل محدود، وأيضًا لإفادة غيرك من القراء الذين يعطون لهذا الموضوع أكثر من حقه فى المسئولية عما قد ينشب بين الزوجين من خلاف بغض النظر عن موضوع أو سبب الخلاف، فيا قرائى

الأعزاء، إن كان في كـون الزوجة أكبر من الزوج ضـرر ما لحرمه الله سـبحانه وتعالى، ولما جعل أولى زيـجات الرسول ﷺ من امرأة تكبره كـثيرًا، والتى كانت أحب الناس إليه وأقربهم إلى قلبه حتى بعد وفاتها، وهى التى رزق منها بذريته، ولم يتزوج فى حيـاتها من غيرها، فالله سبحانه وتعـالى لم يترك شيئًا مما يضر الإنسان إلا حرمه.

ثانيًا: بالنسبة للعلاقـة الجنسـية، فهى ليست لها عمر تنتـهى عنده، فمهما تقدم العـمر بالزوجين، طالما يتـمتع كـلا الزوجين بصحة جـيدة تؤهله للقـيام بالوظيفة الجـسدية على وجه صحيح، وأكـرر أن هذا يحدث بغض النظر عن فارق السن بين الزوجين أو عن كـون أحدهما أكبـر من الآخر، فكلنا يعلم أن هناك من الزوجات حـديثات السن من لا يمتعن أزواجهن، وإن كن يصـغرنهم سنًا، والعكس صحيح، وهنا أريد أن أشـير للحقيقـة العلمية التى تخص هذه النقطة بالتـحديد، وهى أن الرغبـة الجنسـية هى عـبارة عن إحـسـاس يتلو الميل الجنسى، وكلاهما محلّه الجـهاز العصبى بسبب انتقال الإرشادات العـصبية من خارج الجسـم إلى داخـله عن طريق واحدة أو أكثر من الحـواس الخمس، وبعد ذلك تحمل الأعصاب هذه الإشارات الكهربائية إلى مركز الحس الجنسى فى المخ الذى يبدأ بدوره إعطاء الأوامر لمختلف أجهزة الجـسم ما بين غدد وأوعية دموية وانفعالات، للاسـتجابة لهذه الإثارة، تلك الاستجـابة التى تظهر لنا فى صورة التفاعل العاطفى النفـسى والجسدى أثناء العلاقة الحميمـة، أى أن جميع أجزاء الجسم بها أعصاب تستطيع نقل إحـساس الانفعال الجنسى وليس فقط الأعضاء الجنسية كـما يعتقد البـعض، ولتقريب الفكرة من أذهان القراء، لنضـرب مثلاً

بشخص يشاهد مشهد عاطفى تمثيلى فى التليفزيون مثلاً، سيجد هذا الإنسان نفسه مستثاراً دون جهد، بالرغم من علمه بأن ذلك مجرد مشهد تمثيلى.

ثالثًا: مسألة استئصال الرحم يا سيدتى الفاضلة لا علاقة لها إطلاقًا لا بالإحساس العاطفى، ولا بالاستجابة لهذا الإحساس، ولا بالانفعال الحسّى، ولا بالقدرة على التفاعل مع الزوج أثناء العلاقة الحميمة، فالرحم - كما قال زوجك - هو عضو يقع داخل البطن، ووظيفته كما يعلم الجميع هى الحمل، أى أنه عضو تناسلى وليس عضوًا جنسيًا، كما أن الأعصاب الخاصة بالتفاعل الجنسى أثناء العلاقة مقسمة ما بين الأنسجة الانتصابية فى العضو البظرى والأشفار الصغيرة، وبين القناة المهبلية (حول جدرانها)، أما الرحم فلا ناقة له ولا جمل فى مسألة الانفعال الجنسى، ولكن لعنق الرحم وظيفة هامة وأساسية فى مسألة الاستجابة للإثارة الجنسية، وهى إفراز الكمية الأكبر من السوائل الملينة التى تساعد على إتمام العلاقة الحميمة بلا ألم، فإذا كان قد تم استئصاله مع الرحم - وأعتقد أن هذا ما حدث - فهنا يمكن الشعور بالفارق بسبب وجود بعض الألم أثناء العلاقة لعدم وجود الترطيب والتليين الكافيين، وفى هذه الحالة يصف الطبيب بعض المستحضرات الطبية التى يمكنها القيام بالمهمة البديلة خير قيام، فتنتهى المشكلة فوراً وللأبد، أما إذا كان قد تم استئصال الرحم دون عنقه، فلا مشكلة البتة.

رابعًا: إذا، ماذا عسى أن تكون مشكلتك يا سيدتى ؟!

يا سيدتى إن إحساس الرغبة الجنسية عارم جداً فى قوته وسطوته، ولكنه أيضًا هش جداً وعرضة للتأثر بشدة إذا ما وجد إحساس آخر يبطله فى الجهاز

العـصبى، وهذا مـا حدث بالنسـبة لك، فـإن عقلك الواعى تدخل بشـقله فى موضـوع رغـبتك فى العلاقة الجسـدية مع زوجك، واستند فى تدخله هذا إلى استئصال عضو اعتقدت أنت أن له عـلاقة بمسألة الوظيفة الجنسـية، وهو اعتقاد قابع فى وجـدانك بطريق الخطأ بسبب معـرفتك أن الحمل هو نتـيجة للوظيـفة الجنسيـة، فتآمـرت كل هذه الأفكار ضد انطلاق عـواطفك وانفعالاتك ناحـية زوجك فيمـا يختص بهذه العلاقة، فـأصبح هناك حارس - إذا جاز التعـبير - يقف على الباب الذى تنطلق منه تلك الأحاسيس فى الأحوال العادية، ويمنعها من الانطلاق، فى حين أنها يجـب أن تكون تلقائية فى انطلاقـها، وهى تكون بالفعل تلقائية فى انطلاقها، إذا لم نقف نحن حيال تلك التلقائية التى هى من نعم الله على الإنسـان، فلقد فـعلت يا سيدتى الفاضلة كالذى بنى حـول نفسـه جدرانًا صلبة ومصـمتة منع بها عن نفسه نور الشـمس بالرغم من كون الأخير ينير الدنيا.. فيا سيدتى، ليس الآن إلا هدم تلك الجـدران التى فرضتيها حول نفسـك بناء على فكرة خاطئة فى أصلها، فلا عمرك يمنعك من الاستمتاع، ولا كونك أكبر من زوجك، ولا تلك العـملية الجراحية سواء كان قد تم اسـتئصال عنق الرحم أو لم يتم ذلك.. فابتهجى يا سيـدتى واستعيدى نشاطك الزوجى الأولى مع زوجك الحبـيب ولا تغضبى مما قد قـال لك، حيث إنه لا ينم عن حبه لك ورغبتـه فيك وفى استئناف حياته الحميـمة معك.. وفقكما الله وأدام عليكما سعادته ما حييتما بإذنه تعالى.

أنا عروس شابة عمرى ٢٦ سنة، تزوجت منذ حوالى خمسة أشهر من شاب أحبه كثيراً وأعتبره خير مكافأة لى من الله سبحانه وتعالى، وبدأت علاقتنا الحميمة ببعض المشاكل كما هو الحال دائمًا عند العروسين، ولكن انصلح الحال بعد أيام قليلة من الزواج وسارت الأمور على ما يرام وربما أحسن، وقد سافرنا إلى شهر العسل لمدة أسبوعين كانا بالنسبة لى الجنة فى الأرض، وبعد أن عدنا من شهر العسل كان موعد الدورة الشهرية عندى، فانقطعنا عن العلاقة بالطبع لمدة ستة أيام، وبعد انقضاء أيام الدورة عدنا إلى ممارسة حياتنا الزوجية مرة أخرى ، وكانت المفاجأة غير السارة لى أن الأمور صارت أصعب مما سبق، فقد كان اللقاء الزوجى هو العذاب بعينه ويحدث ذلك لمرات قليلة تعود الأمور بعدها إلى الحالة الطبيعية، ثم بعد الدورة التالية تتكرر المشكلة وهلم جراً.. وقد نتج عن ذلك أننى أصبحت أعمل لهذه العلاقة ألف حساب، وأصبحت أستعجل زوجى للانتهاء سريعًا بسبب ذلك الشعور الأليم، وقد تسبب ذلك فى بداية ظهور سرعة القذف لدى زوجى لرغبته المستمرة فى عدم إيلامى، وحتى فى المرات التى لا أشعر فيها بألم، يحدث عنده أيضًا سرعة القذف، حتى صارت هذه هى المشكلة الرئيسية، وأصبحت مسألة الألم الذى أشعر أنا به فى المرات التى تعقب الدورة الشهرية تأتى فى المقام الثانى، حيث تتعارض سرعة القذف هذه مع استمتاعى كزوجة، وأيضًا مع إحساسه هو بالرضا كنتيجة للعلاقة، ذلك الرضا الذى يشعر به الرجل بعد القيام بالعلاقة الجنسية الكاملة مع زوجته.. أما تساؤلى الآن فهو كالتالى: ما

سبـب هذه الآلام التى تحدث لى بعـد الدورة الشهـرية مع العلم أننى لم أشـعر بمثلها فى ليـلة الزفاف، وأننى أخذت كل اسـتعداداتى فى تلك الـليلة من حيث دهان الكريم المسكن والمسـتحضـرات المرطبة؟ ولماذا تحدث تحـديداً بعد الدورة فى كل شهر؟ وما سرّ سرعـة القذف التى بدأت على غير توقع.. مع العلم أننى سـمعت أنهـا تكون موجـودة قبل الزواج وتـتحـسن بعده فلمـاذا حدث مـعنا العكس؟ وهل هناك من نهاية لهاتين المشكلتين؟ وكيف يكون ذلك؟

✍ ✍ ✍

* عروسنا الشابة الجميلة..

أثارت انتباهـى وأعجبتنى طريقة عـرضك لمشكلتك يا سيدتى الصـغيرة، وهى تنم عن قدر لا بأس به من الثـقافة الجنسيـة والتى تفتقدها الكـثيرات من مثـلاتك، ومما يدل على ذلك أيضًا أنك استعـديت لليلة الزفاف بشكل علمى من حيث الاحـتياط مـن الألم المحتمل بدهان الكريم المسـكن والمستحـضرات المرطبـة.. ودعينى الآن أشـرح لك ما حـدث لكمـا بشكل وتفسـير علمـيين بسيطين:

بعد إتمام زواجك ومرور ليلة الزفاف على خير والمرات التى تلتها بالطبع، اكتسبت ثقة فى أنك تخطيت عقبة ليلة الزفاف وأن هذا هو نهاية المطاف بالنسبة لذلك الألم المحتـمل الذى يحكى الناس عنه، ثم جـاءتك الدورة الشـهـرية فظللت ستة أيام بدون جماع لمدة أسبوع تقـريبًا، وحين عدت لاستئناف حياتك الجنسية مع زوجك فوجئت بهذا الألم الذى تصـفينه، وقد حدث ذلك ببساطة

يا عزيزتى لأن الأنسجة فى المنطقة المهبليـة لـم تكن قد اكتسبت بعد المرونة التى تؤهلها للقيام بالـوظيفة المنوط بها القيام بها دون وسـائل مساعدة، وهنا أود أن أعرض لبعض الحقائق العلمية بطريقة مبسطة: قياس قطر فتحة المهبل عند البكر لا يكاد يتعدى حوالى ٤ مم، وعند القيـام بالوظيفة الجنسية يكون مطلوب منه أن يصبح حوالى ٤ - ٥ سم لاستيعاب العضو الذكرى المتصب، ولا يجب أن يتعجب القارئ أو أن يعتـقد أن هذا شيء مستحيل، فإن كان مستـحيلاً ما كان الله ليكتبه على عـباده وهو خالقهم والأعلم بهم وبما يناسـبهم وبما يصلح ولا يصلح لهم، إذن.. كيف يحـدث ذلك؟ إن التركيب بالخلوى والنسـجى لهذه المنطقـة يمتلئ بمـا يسـمى بالـ «أنسـجـة المرنة» وهى التى يمكن أن نشـبـهـهـا بالكاوتشوك أو «الأستك» فإذا تخيلنا قطعة من القـماش محاطة بشكل مستدير - مثل التنورة مـثلاً - ومدككة بالأسـتك، وسنجدها تبدو صـغيرة، وسيـبدو طولها أو حجـمها أقل من حجم القماش الفـعلى بها، ولذلك إذا ما أردنا أن نزيد من حجـمها أو أن نعيدها إلى الحـجم الطبيعى لها، مـا علينا إلا أن نشد على القـماش فى منطقة الأسـتك فيـزيد الحجم إلى الحـجم المطلوب ليناسب الكيان الذى يراد الإحاطة به أمـا عن فتحة المهبل فـقد صممت لتتـسع اتساعًا يصل إلى ٣٠ مرة حجمها الأول (٤ مم ← ١٢ سم) حتى تسمح بمرور رأس جنين مكتمل النمو عند الولادة، وبفضل النسـيج المرن الذى تحتوى عليه، تعود إلى حجمها الأول مرة أخـرى بعد الولادة بوقت متفاوت.. وهذا النسيج المرن يحتاج إلى بعض الوقت ليكتسب الليـونة الكافية، وهذا الوقت لابد أن يحدث خلاله ممارسة للاتساع والتحريك لهـذا النسيج، وهذا هو سبب مشكلتك، فقد

انقطعت عن ممارسة هذا التحريك لـذلك النسيج لمدة أيام الدورة، مما أفقد هذه الأنسجة ليونتها جزئيًا، ومع توقفك عن استخدام العوامل المساعدة - لاعتقادك أنها خاصة فقط بالأيام الأولى للزواج - فـقد أضيف هذا العامل لذاك مما أفرز تلك الحالة التى تصفينها، كمـا أزعم أيضًا أنك أنت وزوجك لا تهتمان بمرحلة مداعبة ما قـبل الجماع - كما هو الحال فى معظم الزيجـات الحديثة، مما سبب أيضًا - كمـا أعتقد جفـافًا عندك، وهو العامل الذى يضيـف إلى صعوبة إتمام العلاقة للافـتقار إلى التليين والترطيب، وهذه المشكلة حلها بسـيط كما ترين، فعليك مبـدئيًا القيام ببعض تمارين المرونة أثناء الدورة الشهـرية(لا يتسع المجال لذكر تفاصيلها هنا) كما عليك أيضًا العـودة إلى المستحضرات الصيدلية المسكنة والمرطبة للمرات الأولى للجماع بعد الدورة الشـهريةحتى تعود الأنـسجة لكامل مرونتـها، وتستـغرق هذه العمليـة بين ٣ و ٦ أشهر (حـسب طبيعـة كل امرأة وعمرها وعـوامل أخرى متغـيرة) تستقـيم الأمور بعدها وتثبت الأنـسجة على المرونة التى تؤهلها للقيام بالعملية دون ألم أو أية عوامل مساعدة أخرى وخاصة إذا تم الاهتمـام بمرحلة المداعبة والتى تزيد تلقـائيًا من وظيفة الغـدد التى تفرز المرطبـات الطبيعـية وأيضًـا من اتساع الأنـسـجة ومـرونتها بسـبب زيادة الدورة الدموية فى منطقة الحوض.

أما عن مشكلة زوجك والتى تعـتقدين أنها المشكلة الرئيسـيـة فى حياتكما الآن، فهى فى حقيقة الأمر مـشكلة ثانوية، وهى مجرد ردة فعل لشعورك أنت بالألم من جـراء هذه العلاقـة التى ترجمت فى عـقله الباطن إلـى تسببـه فى إيلامك، وأخذًا فى الاعـتبـار صفاته الحـميـدة التى وصفتـيه بهـا فى صدر

رسالتك، فقد آثر على نفسه لا إراديًا أن ينتهى من المسألة برمتها بسـرعة كيلاً يكون سببًا فى إيلامك، وأنا أعتـقد بشدة أنهـا مسألة عـرضية ستزول بزوال مسببها، ولذلك أنصحكما ألا تفكرا فـى هذه المسألة مؤقتًا، ولكن لتراقباها من بعيـد، فإن زالت بإصلاح الأمـور الخاصة بك من حـيث عودة علاقـتكما إلى شكلها السوى الممتع الجميل الخالى من الألم، ففضل من الله ونعمة، أما إن لم يزل هذا العرض المسمى بسرعة القذف بعد ثلاثة أشهر من العلاقة السوية، فهنا يجب أن تكون لـنا وقـفـة لطلب العـون الطبى، وسيكـون بإذن الله بسيطًا ومضمون النتائج، وإيجابى العواقب.

أنا امـرأة عمرى ٣٢ سنـة، تزوجت منذ سنة ونصف تقريبًـا من أنسب رجل تقدم لى نظرًا لعدم زواجى حـتى هذه السن، وقد ارتحت له بشكل مبدئى وقبلت الزواج منه على أمل أن أحـبه بعد الزواج حين أرى منه الأخلاق الحميـدة والحنان والاحتواء الذى أخـبرنى عنه جميع من يعـرفونه، وتـم الزواج بالفعل، وكـما هو الحال فى الكثيـر من الزيجات تأخرت عـلاقتنا الحميـمة فى الحـدوث لفتـرة حتـى بدأنا نتوتر كـلانا، وذلك بسـبب عملـه فى دولة أجنبيـة واقتراب موعد سفرنا إليها، وكنت أفضل بالطبع أن تتم هذه العلاقة قبل سفرى لاطمـئن لحدوثهـا وأطمـئن أمى وأهلى، وأهله على حـد سـواء، حيث كـانوا يلاحـقوننا بالأسـئلة، ولكن هذا لم يحـدث بكل أسـف، وحـان موعـد السفـر وسافرت بالفعل وبدأت فصول مـأساتنا من جديد مع المحاولات الفاشلة لإتمام العلاقة، ولكننا قررنا أن نطمئن أهلنا «كـذبًا» أن العلاقة قد تمت بالفعل حتى لا يزيد توترنا بسبب ملاحـقة الأهل لنا بالاستفسار وقد تم ذلك بالفـعل فتوقفت استجـواباتهم المستمرة، مما أضفى جـوًا من الصفاء النفسى مـؤقتًا علينا، ولكن للأسف أيضًا لم تتم العلاقة، وبدأنا السؤال عن أطباء مسلمين للجوء إليهم فى مثل هذه الحـالات، فلم نجد إلا الأجانب من المـتخصصـين فى العلاج الجنسى، فاضطررنا إلى اللجوء لأحدهم، واختـرت أن تكون امرأة كى تكون المهمة أكثر سهولة بالنسـبة لى، وقد استمر لقاؤنا - أنا والطبيبـة - مدة لا تزيد على العشر دقائق، وقد كانت قيمة الاستـشارة ١٨٥ دولارًا وليتها كانت ذات فائدة، ولكن

نصحتنى أن أشاهد أفلامًا جنسية وأن أدخل إلى المواقع الإباحية لاستثار جنسيًا مما سيسـاعدنى فى أداء المهمة، وحين أخبرتها أن ذلك لا يجوز لنا كـمسلمين، قالت لى أن هذا هو عـلاجى الوحيد وأنها غـير مسئـولة عن النتائج إذا لم أتبع هذا العـلاج ! ! وبفـضل الله، أنا وزوجى ملتزمـان دينيًـا، ونعلم يقـينًا أن الله لا يمكن أن يغلف الدواء من الداء بالخطيئة التى لا يرضى عنهـا، بل نهى عنها نهيًا مغلظًا، فما كان منا إلا أن احتسبنا نقودنا عند الله، وسلمنا الأمر إليه، واستمرينا فى المحـاولات بالمجهـود الشـخصى، ولكـنها بكل أسف باءت بـالفشل حـتى توقفنا تمامًـا واعتقدنا أن هذه هى الخلقـة التى فطرنى الله عليها، وهى أننى غـير قادرة على إتمام أداء هذه العلاقـة، واستمر الحال بنا عـلى هذا المنوال حتى ساق قدر الله إلينا أحد أعداد مـجلة الأهرام العربى وقرأت عن مشكلة مشـابهة فبرق الأمل لنا من جديد، واستبشرت زوجى واستخرنا الله تعالى وقررنا الكتابة لك يا سـيدتـى لعلنا نجـد لديك حلاً وخـاصـة أننا سنأتى لمصـر بإذن الله فى الصـيف القـادم.. استـحلفك بالله يا دكتـوره أن تصدقـينا القـول؛ هل هناك من أمل فى علاقتنا؟ وهل هناك إمكانية لإتمامها؟ وهل لسنى علاقة بصعوبة إتمام العملية؟

✍ ✍ ✍

* سيدتى العـزيزة. . دعينى أولاً أحييك بشدة وأدعـوك لك بالثبات فى الالتزام الخلقى والدينى لعدم استجابتك للطبيبة الأجنبـية وطاعتها فيـما طلبته منك، وعدم قبولك خلع العباءة الدينية والاستسلام للتيار الغربى، وخاصة فى التعامل مع تلك المشاكل، فالنظرة مخـتلفة تمامًا هنا عن هناك، بسبب اختلاف الأسـس التى يستند عليها كلا الطـرفين. أما عن لب شكواك يا سيدتى العزيزة

فهى الحـالة المعروفة المتكررة المســماة بالتشنــج العصبى المهـبلى، وهى حالة لا إرادية تحدث فى الكثير والكثير من الزيجات، ولكنها ليست مداراً للحديث بين الناس، ولذلك يعتقد كل من يعانى منها أنه الوحيد فى العالم على هذا الحال، ولكن ليست هذه هى الحقيقة، ولكن الحقيــقة هى أن نسبة ليست بضئيلة تعانى من نفس المشكلة بشكل مـتفـاوت، وأعنى التفـاوت فى المدة التى تقضــى قبل الإتمام الفعلى، أما عن الإجابة عن أسئلتك يا سيدتى العزيزة فهى كالتالى:

١ - بالطبع هناك أمل فى إتمام العــلاقة، بل من المؤكــد - بإذن الله - أن العــلاقة ســتــتم، إذا مــا تمت المواظبــة على التمــارين والجلســات العلاجية.

٢ - عن إمكانية إتمامــها، إن ذلك يكون فى الجلسة الـعلاجية الأخــيرة، وفى ضـوء الانتظام فى الجلسات والالتزام بالتمرينات.

٣ - أمــا عن علاقــة سنك بهــذه الحالة، فــأنا أريد أن أطمــئنك أن هناك الكثيــر من الفتــيات حول سن العــشرين يعــانين من نفـس المشكلة، إذن المشكلة ليست مــشكلة سن أو تقدم فى العمــر كما تعتــقدين، ولكنها مــسألة نقص واضح فى الثقافة الجنسية وعدم المعرفة بدواخل الأمور.

وأخيــراً أريد أن تطمئنى يا عــزيزتى وتهدئى بالاً، وأن تعلــمى أن للأمور خلاص بإذن الله، فإن الجلســات تستغرق حــوالى العشرين يومًا ثم تصيرين إلى الخير الدائم بعدها إن شاء الله.

عندى مـشكلة غريبـة من نوعهـا، فزوجى يطلب منى دائـمًا أن أمثل أدوارًا لشخصيات غـير شخصيتى الحقيقية وقت القيام بـالعلاقة الحميمة، كمقدمات لها، قائلاً لى أنه لا يجد متعته إلا بهذا الشكل، فمثلاً مرة يطلب منى أن ألبس كفـتيات الليل، ومـرة مثل بائعة الخـضراوات وأن أنادى بما ينادون به، ومرة مثل مضيفـات الطائرات وأن أتكلم مثلهن فى أن أتحرى رضاه وأسأل عن أى طلب له، ومرة مـثل الخادمة، ومـرة مثل «هوانم الزمن الماضى»، ومـرة مثل ممثلات عالميات، إلخ ..إلخ.. وأنا استغرب هذه الأشياء، بالرغم من مرور سبع سنوات على زواجنا، وبالرغم من طاعتى له وتنفيذ ما يريد منى، ولكنى مازلت استغربه وخاصة أننى لم أسمع بشـىء كهذا من أى من القريبات أو الصديقات حال الحديث عن العلاقة الزوجية لأى منهن، وسؤالى هنا هو هل زوجى إنسان طبيعى أم أن لـديه انحراف جنسى من نوع معين يجعله يطلـب هذه الأشياء ؟! وإن كان هذا انحرافًا جنسيًا، فهل له من شفاء؟!

* يا سيدتى العزيزة، قبل أن أجيبك على أسئلتك دعينى أولاً أعلق على الأحاديث الجنسية التى تدور بين السيدات، وهنا أشير إلى نقطتين؛ الأولى هى أن تلك الأحاديث مـحرمة تحريمًا قاطعًـا ونهائيًا، وذلك لأن القدرات الجـنسية مـتفـاوتة بين كل شخص وآخـر، ولذلك قد تثـير هذه الأحـاديث الأحقـاد، والضغائن فى النفوس، النقطة الثانيـة هى أنه حتى وإن كان أحدهم يقوم بهذه

الأشياء، فلن يشير أحد إليها كـما هو الحال بالنسبة لك تمامًا، فلا تركنى لكون هذه الأشياء تحدث أم لا استنادًا فقط للأحاديث الجنسية النسائية.

أما عن الأشياء التى تصفينها يا سيدتى فهى مسماة فى الطب الجنسى بـSex fantusy ، وهو نوع من الخروج عن التقليد فى الممارسة الجنسية لكسر الملل الذى هو الشكوى الأولى والأشهر فى العلاقات الجنسية، وأيضًا لتلبية رغبات النفس فى اتخاذ شركاء متعددين مما يجدد الرغبة، ويجعلها أكثر شدة، ويزيد من الرضا عن العلاقة الجنسية، والاشتياق إليها، كما يزيد أيضًا من التمتع بالعلاقة، وكم الإثارة والاستثارة التى تحدث عن طريقها؛ أى أن العلاقة الجنسية فى هذه الحالة تكون قد تحسنت كمًا وكيفًا، والـ Sex fantusy ليس انحرافًا جنسيًا يا سيدتى العزيزة طالما يحدث داخل نطاق الزواج، وأيضًا طالما لا يقرب المحرمات فى العلاقة الجنسية، ولا يضر بكلا الطرفين فأمتعى زوجك يا سيدتى العزيزة وحاولى أن تستمتعى بهذه العلاقة بنفس القدر، وانفضى عن تفكيرك الإحساس بأن زوجك مصاب بانحراف جنسى، أو أن هذه العلاقة لا تليق بأى شكل من الأشكال.

سيدتى الدكتورة الفاضلة/

أنا شاب عـربى أبلغ من العمـر تسعة وعشـرين عامًـا، وسوف أتزوج فى ثانى أيام عيد الفطر المبارك إن شـاء الله. أنا والحمـد لله لا أفعل المحـرمات ولا أشرب الخمر، ولم تكن لى أبدًا علاقة نسـائية من قبل، ولذلك أجدنى فى حالة قلق شديدة مما ينتظرنى من واجب ثقيل وهى مهـمتى كرجـل فى ليلة الزفاف، والتى سوف ينتظر الجميع نتـائجها وربما ستتم مساءلتنا فيـها أنا من ناحية أهلى وزوجـتى من ناحيـة أهلها.. لا أخـفى عليـكم أننى قـد سمـعت الكثيـر من الأصدقـاء عن هذه المسـائل، ولكنى شـممت رائحة المبـاهاة المطعمـة بالكذب أحيانًا فى هذا الـشأن، ولذلك وددت أن أسألكم عن الخطوات الصحـيحة التى يجب أن تتبع فى هذا الصدد مع الأخذ فى الاعتـبار أن خطيبتى عمرها ١٨ سنة وأنا أول رجل فى حياتها سوى أبيها وأخيها، وهى تخجل منى بشدة حتى الآن بالرغم من أننا قد عـقدنا قراننا منذ حوالى الشهـرين.. أتمنى أن أقرأ ردكم على رسـالتى قـبل العيـد، أى قـبل مـوعد زفـافى حـتى يتـسنى لى الاسـتفـادة من تعليـماتكم، كـما أرجـو الإشارة إلى أهمـية أخـذ المنشطات بأنواعهـا فى ليلة الزفاف كـما ينصح الكثيـرون بغرض ضمـان أداء المهمة على الوجـه الأكمل، فهل هذا حقًا مفيد؟

✍ ✍ ✍

* سيدى الشاب العزيز.

أولاً نود أن نبارك زواجك السعيد بإذن الله، وفقك الله وبارك فى زوجتك وبارك لها فيك وأبعد عنكما زلات الشياطين دومًا إن شاء الله.

أما عن الأسئلة القيمة التى سألتهـا يا سيدى فسأحاول بشـدة الرد عليها بحيث أمدك بمعلومات تطمئنك وتكفيك لزيادة ثقتك بنفسك حيال هذه المسألة:

أولاً: إن العلاقـة الجنسية هى نتاج وتطور لانفـعالات وشحنات عاطـفية ونفسـية قـد خص الله بها الإنسـان دون غيره مـن المخلوقات بالرغم من قـيام جمـيع هذه المخلوقات بالتناسل، ولكن هذه الغـريزة عند الإنسان ليـست فقط للتناسل وحفظ الـنوع، ولكنها أيضًا للمـتعة وتحـرّى الرضا النفسى والإشـباع العاطفى.. فـلابد أن يكون كل ذلك فى ذهنك حال شروعك فى القـيام بهذه العلاقة.. أقول ذلك لأننى تحفظت قليـلاً على طريقة إشارتك إلى هذه العلاقة من وجهة نظرك وإحساسى أنك تضعها على أنها مهمة لابد من القيام بها جيدًا لانتظار المراجـعة من الآخـرين وربما حسـابك على طريقة أدائـها، وهذا حـقًا مرفوض بشدة على المسـتوى الوجدانى، هذا الوجدان الذى يجب أن يكون هو الطرف المعنى فى المقام الأول حال القيام بالعلاقة الزوجـية الحميمة، فإذا خلت هذه الأخيرة من الغـلاف الوجدانى الجميل، تحولت المسـألة كلها إلى شىء لا يرقى للمستوى الذى أرادها الله عليه من سمو عاطفى وتوحد كيانى.

ثانيًا: إن المسألة لا يمكن أن توصف فى خطوات مـثل الكتالوج فى صورة (١ ٢ ... ٣) ولكنها نتـاج طبيعـى لتطور الأحداث بعد إغـلاق الباب على العـروسين وخلوتهمـا بعضهـما البـعض لأول مرة تحت غـلاف الحلال، وهذه رخصة تلـقائية لهما تخـول لهما حق إمتـاع واستمتـاع كل بالآخر، فإذا

استسلمـا لمشاعرهما وأطلقا العنان للعـاطفة، فهذا هو خيـر محرك، ولكن إذا انتبها أنهما بصدد أداء مهمة قصوى ينتظر نتاجها الجميع، فهذا ليس نذير خير، ولا أعتقد أنه سيؤتى ثمارًا طيبة لكلا الطرفين.

ثالثًا: لا أجد هنا خـيرًا من أوامر الله وسنة رسـوله ﷺ كى أنصحك باتباعها، فكما نعلم وكما أكـرر دومًا أن الله قد أمر الرجال بالتريث حال إتيان نسائهم كى تأخذ هى وقـتها وفرصتـها فى المتعة وتصل إلى المستـوى المشاعرى المرتفع الذى يصل الرجل إليه سريعًا بطبيعته وفطرته، وتتأخر المرأة قليلاً لتصل إليه، وهذا التأخير لا يضر الرجل ولا يفقده متعته ولا إثارته كما يظن البعض، ولكن على العكس يكون بمثابة مغذٍ لهذه الإثارة وهذا الاستمتاع، ولذا أمر الله الرجال بالحرص على هذه المهمة التى هى لب نجاح العـلاقة الحميمة بين الرجل والمرأة، وهى فترة التقديم أو المداعبـة، وكلما طالت تلك الفترة، كلما نجحت العلاقة، حيث تكون الغدد الجنسية قد تسنى لها أن تسـتجيب للمثيرات الحسية التى تحثـها على العمل وإفراز السـوئل اللازمة لتسـهيل العلاقة، وخـاصة فى المرات الأولى، أى مرات الاستهلال كما يسميها البعض، حيث تكون الأنسجة والغـدد غيـر معـتادة على هذه الوظـيفـة وعلى ذلك لابد لها من وقت كـاف لتعويدها على العمل الذى سيكون معتادًا منذ الآن فصاعدًا.

رابعًا: لابد أن تقيم حـوارًا صريحًا مع عروسك منذ اليـوم الأول يحمل بعض الاتفاقات والقوانين التى ستلتزمان بها كـلاكما خلال حياتكما الزوجية، وبالطبع هذه الاتفـاقـات تتـغيـر حـسب الكثيـر من المعطيـات مـثل الظروف الاجتماعيـة والمادية والطباع الشخصية وأشياء أخرى كـثيرة، ولكن من الثوابت

التى يجب الاتفاق عليها، هى أن يصارح كل طرف الطرف الآخر بما قد ينشده أو يتــمناه فى العلاقــة الجنسيــة، ويتقــبل الآخر هذا الطلب دون تحــفظ ولكن بالعكــس، برضــا وبفرح لأن هذه هى علامــة الإفضــاء والارتياح، وهذا شىء منطقى بما أن لا أحــد ســيــفى هذا النوع من الاحــتيــاج تحــديدًا إلا الزوج أو الزوجة.

خامسًا: فى مــسألة ســؤال أهل العريس عن نتاج العلاقة الجنســية وسؤال أهل العــروس عن تفــاصيل مــا حــدث والإصرار على إفــشــاء هذا النوع من الأسرار، فهــذا ما لا يرضاه شرع ولا دين، وأنا لا أعرف حــقًا من أين جاءت هذه العادة الكريهــة، وهى ضد الفطرة الســليمة التى ينشــد فيها الإنســان الستر على كل ما يخص حياته الزوجية والجنسية منها تحديدًا، ولذلك فأنا أنصحك يا سيدى أن تتفق مع زوجتك على عدم إخبــار أيًا من كان من تفاصيل علاقتكما الحميــمة معًا، وليكن رفض الإفــصاح بطريقة رقيــقة لطيفة لا تغــضب منكما أحدًا، ولكن أيضًا بحــزم وإصرار، ولتستحضراتيــه طاعة الله ورسوله فى هذا الصدد، وهى سبب كاف للاستمــساك بعدم الإفصاح، وهى أيضًا حصن منيع إذا استندنا إليــه كــسبب أمام الأهل لعدم الإفــصاح فلن يــستــطيع أحد أن يلوم عليكما فى هذا الالتزام..

أرجو أن تــساعدك هذه الإجــابة على بداية حيــاة زوجية ســعيــدة وكريمة يرضى الله عنها ويباركها بارك الله لكما وبارك عليكما وجمع بينكما فى خير.

✉ زوجى يحمل الهم، هذا باختصار التعريف بشخصيته.. إنه شاب ناجح، اجتهد أبواه فى تعليمه هو وإخوته كأحسن ما يكون بالرغم من إمكانياتهم المادية غير العالية، ولكنهم اعتبروا أن هذا هو استثمار حياتهم، وأنه يجب أن يكون استثماراً بشريًا بدلاً من أن يكون عقاريًا أو تجاريًا، وهو أخ لشقيقين آخرين، وقد شمل هذا الأسلوب فى التربية تحميل الأولاد المسئولية أكثر من اللازم، وكيفية العرفان بجميل أبويهم عليهم بتذكيرهم بما سلف طوال الوقت، فضلاً عن حثهم الشديد لهم جميعًا وباستمرار على ألا يخيبوا آمال أبويهم فيهم وأن يكونوا دائمى الطموح والترقى فى العمل والعلم والمال والمكانة الاجتماعية طوال الوقت، كيلاً يذهب تعب السنين هباء منثوراً على حد تعبيرهم. وقد أثمرت هذه الطريقة فى التربية رجالاً مشرفين بارين بأبويهم، حنونين على أسرهم الصغيرة، أما الوجه الآخر لهذه الشخصية التى حُمّلت هذه المسئولية الكبيرة منذ الصغر فهى شخصية أخرى قلقة باستمرار، شاعرة دائمًا بالتقصير، لائمة لنفسها على طول الخط قائلة أنه كان هناك على وجه التأكيد تصرف أحسن مما وقع، مهما كان الموقف ومهما كان هذا التصرف، أى أنها شخصية تنشد الكمال، وهذا الكمال بالطبع مستحيل، فماذا أفرزت هذه التركيبة الشخصية يا سيدتى؟! أفرزت زوجًا محبًا حنونًا، ولكنه أيضًا فاقد للرغبة الجنسية منذ اليوم الأول للزواج، آى والله منذ اليوم الأول للزواج، فمنذ اللحظة الأولى لخلوتنا بدأ يسألنى ويلح فى السؤال إذا كنت أحبه بالفعل، وهل أهلى يحبونه فعلاً؟ وهل كان هناك أية نقيصة فى حفل زفافنا؟ وهل أكل

الناس وشبعوا؟ وهل كان الأكل كافـيًا؟ وحين رددت عليه بالإيجاب ودعوته إلى أن يدع كل هذه الأفكار عن رأسـه ويتفرغ لفرحـته بزفافـه ، استجـاب بعد وقت طويل شعر فيه أننـى بدأت أحسّ بالضيق، ولكننى فى أكثر لحظاتنا سويًا حميمية ، كنت أشعر أن رأسـه وفكره فى مكان آخر، وأنا متأكدة أنه يلوم نفسه على شىء ما كان يجـب أن يفعله بطريقة مغايرة، ونتـج عن ذلك أنه كان يقوم بالعلاقة الحميمة معى حتى فى أيام شهر العسل بمعدل حوالى مرة كل أسبوع أو ١٠ أيام، وأحيانًا ما كان يفشل فيها ولا يسـتطيع إتمامها بسبب فقده للانتصاب، وحين كنت أسألـه عن السبب يتحـجج بأنه يفكر فى كذا ومـشغـول بكذا، أما الآن، فقـد بدأت عجلة الحـياة تدور بنا وأنجبنـا طفلاً فحـمل الهم أكثـر بسبب مصـاريف الطفل وكيف نـوفر له حيـاة كريمة، وأى مـدرسة سـوف نلحقـه بها بالرغم أن عـمره لم يـتعـد شهـرين. وقـد مضى علـــى زواجــنا الآن أربعــة سنوات وأصبحت لقـاءاتنا الزوجية متـباعدة جـــدًا عن بعضــهـا، فهى تحدث مرة كل شـهريـــن أو أكثـر، وأنا التى أدعو لهـا دائمًا، وهو مجـرد مستـجيب، وليس مـستمـتعًـا، وباله دائمًـا مشغـول..أما أنا فـقد بدأت أشـعر بالضـيق بل بالاختناق من هـذا الحال وهذا القلق والانشغـال اللذين لا ينتهـيان ، وهو الآن يرفض إنجـاب طفل آخـر حـتى لا يزداد قلقـه فى هذه الدنـيا، بـالرغم من أننى حـملت فى طفـلنا الأول بعـد ٣ سنوات من الزواج بسـبـب عـدم الانتظام فى العلاقـة، وأنا إنسانة، ولى احـتياجـات جسدية هو لا ينظر لـها بعين الاعتـبار. فماذا أفعل؟

✍ ✍ ✍

* يا سيدتى، كل مـا قصصيته عن زوجك ينم عن شيـئين أساسين فى شخـصيته، وهمـا: قلة الثقة بالنفس، وقلة اليـقين بالله سبحـانه وتعالى فكل الصفات التـى تربى عليها هو وإخوته ليـسـت صفات سيئـة، على العكس إنها صفات حميدة وجمـيلة، ولكن يبدو أن أبويه لم يضعاها فى الإطار الصحيح، وبالغا فيها حتى تمثلت كـالأشباح فى ذهن أولادهما أو المارد الذى سيغلبك إن لم تغلبه، وكـان أحرى بهمـا أن يربيا أولادهمـا على صفات أخـرى جنبا إلى جنب مع تلك، وهى الرضـا واليقين بالله، وإذا فـهم الإنسان هاتين الصـفتين فهمًا صحـيحًا سوف يعلم جيدًا أنهما لا يتعـارضان أبدًا مع الطموح أو الرغبة فى المال الأكثر والجـاه الأعلى والمكانة الأهـم، ولكن مع ترك هامش لإرادة الله سبحانه وتعالى فى إتمام هذه المهام أو عدم إتمامها، وأيضًا مع توفر الثقة بالنفس التى تتوفـر بالأخذ بالأسبـاب قبل إتيان أى مهـمة، فإن تمت نحـمد الله على نعمائه، وإن لم تتم نحمد الله أيضًا لأنه بالقطع هناك حكمة عليا من الله لعدم إتمامـها، ولكن لا نبـالغ في لوم أنفسنا، فـنخسـر أوقاتنا وتقـييـمنا لأحكامنا ونصاب بالتردد الذى لا يؤتى أى ثمـار مفيدة فى أى مجـال.. وهذا ما تعانى منه أنت الآن، فهـو بالفعل مـقصـر فى أهم وظيفة يجب عـليه أداؤها، وهى تحصين زوجـته وإجابة احتـياجهـا الجسدى الذى لا تملك له مـصرفًا آخر غـير علاقتها مع زوجها كزوجة صالحة سوية الأخلاق، وكما أنادى أن تبادر الزوجة أحيانًا زوجهـا بطلب العلاقة الحميمة إليـه أجد نفسى هنا أعكس الآية وأطلب إلى الزوج أن تسير عـلاقته بزوجته بالشكل البديهى وهو دعـوته لزوجته لأداء العلاقة الجنسيـة بمعدل طبيعى - ولو مرة أسبوعيًـا - وهو المعدل الأقل المقبول

فى العلاقة الجنسية بين الرجل وزوجته، وألا يقوم بهذه العلاقة الحميمة الجميلة كمهمة مؤداة ولكن كوقت حلال للإمتاع والاستمتاع، وللاهتمام بتحقيق احتياجات الطرفين الغريزية والجسدية، والعاطفية أيضًا، وقد ورد أمر صريح للرجال فى سورة البقرة بأداء العلاقة الجنسية فى قوله تعالى: ﴿.. **نساؤكم حرث لكم.. فأتوا حرثكم أنى شئتم..**﴾ أى أن الله لم يخير الرجال فى كونهم يتمون العلاقة أم لا، ولكن ترك لهم الحريةفى اختيار المكان والكيفية المناسبة لأداء العلاقة، وعلى ذلك يا سيدى فإنى أشفق عليك من غضب الله بسبب التقصير فى أداء إحدى أهم المهام الإنسانية وأقدسها وأحبها إلى الله، ونصيحة أخيرة أقولها لك من منطلق تخصصى، وهى أن تجرب الانتظام فى العلاقة وسيكون لهذا الانتظام أبعد الأثر بإذن الله فى إزالة ما تعانى منه من قلق، وستحسن حالتك المزاجية وتجعلك أكثر قدرة على التركيز والإنتاج، فسبحان الله العظيم الذى يسبغ علينا من نعم ويرزقنا حلالاً طيبًا فيه كل الفائدة لنا، ونرفضه نحن بنظرتنا القاصرة وتفكيرنا المحدود.

✉ أمــارس العادة الســرية منذ حــوالى ٧ سنوات، وأنا الآن مـقــبل على الزواج، وخــائف أن تكون أثرت على فـحـولتى الجنسيــة أو قــدرتى على الإنجاب، وأشعــر أن كمية السائل المنوى وصلابة الانتـصاب أقل من ذى قبل.. فهل هذه هواجس بـسبب شدة خوفى أم أنهــا بالفعل من الأعراض الجانبية التى تحدث من جراء ممارسة العادة السرية؟!

✍ ✍ ✍

* سيدى. . أما عن كميــة السائل المنوى والقدرة على الإنجاب، فلنقطع الشك باليقين ولتجرى تحليل للسائل المنوى وسيــتضح منه بـسهولة شديدة ما إذا كانت كميته طبيعيــة أم لا وأيضًا عدد الحيوانات المنوية فيه، ولكن شريطة عدم حدوث القذف لمدة ٤ أيام سابقة للتــحليل على الأقل، أما عن قوة الانتصاب، فلتلحظ يا صديقنا الانتصــاب الصباحى، فإن كان طبيعــيًا فأنت سليم بإذن الله وما ينتابك هو مجرد هواجس بالفعل. . أتم الله لك زواجك بكل خير ورزقك الذرية الصالحة بإذن الله.

سوف أحكى لكم مشكلتى وأعرف أنها ستثير أستياء الكثيرين، وما العجب وهى تثير استيائى أنا شخصيًا وأنا صاحبها !! فأنا الآن شاب فى الثانية والثلاثين من العمر، نشأت فى أسرة غير متوازنة بين أب فى غاية القسوة وأم غاية فى الحنان والعطاء، حتى أننى أصبحت أكره والدى وأكره رؤيته وأكره طلعته وأكره دخوله إلى البيت وأتمنى ألا يعود للبيت أبدًا، وتوفى والدى وأنا فى الثانوية العامة، ولم أحزن عليه قط، بل أصبحت أكثر قدرة على المذاكرة وأصفى ذهنًا وأكثر إقبالاً على الحياة، وبالفعل حصلت على مجموع كبير ودخلت وتخرجت فى كلية الهندسة، ولكن المشكلة أننى فى أثناء المرحلة الثانوية - وقد كنت أدرس فى مدرسة داخلية - فى عاصمة المحافظة التى تقع بها قريتنا - كنا نحن الصبية بعد أن ينام المشرفون، كنا نقوم بأفعال شيطانية علمها لنا أحد الطلبة (لا سامحه الله) فى ذلك الوقت، وهى أننا كنا نتجرد من ملابسنا الداخلية ونكشف عوراتنا أمام بعضنا البعض ويقوم كل منا بمداعبة الآخر بغرض الوصول للمتعة الجنسية المستحسنة فى هذه المرحلة من العمر، وتطور الأمر إلى شبه الممارسة الجنسية الشاذة، ولكن بالنسبة لى كنت أشمئز من فكرة الممارسة ولذلك رفضت بالرغم من حث الآخرين لى على تجربتها، وقد نجحت والحمد لله عن التوقف عن هذه العادة البشعة أيضًا بفضل زميل لنا كان دائم الاستهجان لما نفعله، وقد كان حسن الخلق والدين، وكان يهددنا بأنه سوف يبلغ الإدارة عما نفعله ولكن يرجع فيخشى على مستقبلنا فيتراجع، أما

الآن، فمشكلتى أننى بالرغم من إقلاعى عن القيـام بهذا الفعل نفـسـه، إلا أننى مـازلت أشعـر بالميل الجنسـى والعاطفـى ناحيـة الرجـال دون النسـاء، وأخيـراً استـغنيت عن هذه الحالة التى أستنكـرها فى نفسى بالزواج من إحدى قـريباتى والتى اختـارتها لى أمى لحسن خلقـها ، والتزامـها الدينى، ولكننى أجد صـعوبة شديدة فى القيام بالعلاقة الجنسـية معهـا بسبب غياب الرغـبة ناحيتـها، وحين أخـتلى بنفسى أحـب استـحضـار ذكـريات المدرسة الداخليـة وعنبـرها اللعين بالرغم من استنكارى العقلى لها، إنى أشعر بالذنب الكبير ناحية زوجتى البريئة المحـبة، إذ لا ذنـب لها فى كـل ذلك، ولكنى فى نفس الوقت لا أسـتطيع فـعل شىء حيال ذلك، ولولا خشيتى من الله لكنـت أقدمت على فعل متهور، ولكنى معذب فوق ما تتصورين يا سيدتى، فهل من مخرج أو علاج لما أنا فيه؟!

✍ ✍ ✍

* يا سيـدى، رفقًـا على نفسك، فـلا تقسـو لهذه الدرجـة على نفس مريضة تحـتاج لعلاج، أقول ذلك وأرجو ألا يفهـم من حديثى أننى لا أستنكر مثلك الشـذوذ الجنـسى، فهو شىء تعافـه النفـس البشرية السـوية، ولكن أقول ذلك لأننى أعرف كـمتـخصصـة كم جاهدت نفسك للإقـلاع عن هذا الشىء والإمسـاك عنه فيما بعـد، إن الأمر واضح يا سيدى، فـالبداية كانت افتـقادك للمشـاعر الرجوليـة المحتوية فى حيـاتك العائلية بسـبب قسوة أبيك وجـموده (رحمه الله وسامحه) فأصبحت تميل للجنس الرجالى من الناحية العاطفية لأنك كنت تفتقـد هذا النوع من المشاعر، ومما ساعد على حـدوث ذلك ورسخه هو نوع الممـارسات التى صـادفتك فى مـدرستك الداخليـة، فحـدثت «برمـجة»

لمشاعـرك ليس فقط من نـاحية الميل العـاطفى ولكن أيضًـا من ناحية الـقالب الجنسى الخاص بالممارسة الفـعلية، فإذا تعود الإنسان منذ صغره على اسـتمتاع من نوع معين، فسيـؤثر ذلك على طريقة استمتاعنا فيمـا بعد، تمامًا مثل الذى يتعود العادة السـرية أثناء فترة المراهقة فتشكو منه زوجـته بعد الزواج من كونه غير مقبل عليها بالشكل الكافى، لأنه تعود على شكل آخر من الاستمتاع، أما بالنسبة لحالتك فالأمر أقل شـدة لأكثر من سبب، أولها أنك ترغب فى العلاج وتعلم أنك فى حـالة تستحق التـوقف والإصلاح، ثانيـها أنك سـعيت لذلك بالفعل سعـيًا سلبيًا بالتـوقف عما كنت تقترفـه، وسعيًا إيجـابيًا بزواجك، أما بالنسبة لانعدام الرغبة فالحل هو جلسات عـلاج نفـية وجنسية متوازية، وخط العلاج يسمى بالإحلال، أى إحلال الرغبة الطبيـعية مكان الرغبة الشاذة أو غير الطبيعيـة التى تعانى أنت من وجودها وتملكها منك، فاستعن يا صديقى بالله العظيم بالإخلاص فى الدعـاء وطلب تمام الشفاء والعودة إلى حـالتك السوية، فهو العلىّ القـدير الذى بيده كل شىء، وخذ بالأسبـاب ولا تتردد فى الإسراع بطلب العلاج ليصير من أمرك خير بإذن الله.

✉ أكـتب إليكم لطلـب المشـورة والعـلاج وليس للشكوى، فـقـد تعودت ألا أشكو إلا لله تعـالى.. أنا زوج معذب يا سيـدتى، فزوجتى تسـتخدم علاقتنا الحـميمة سلاحًا تؤدبنى به.. نعـم تؤدبنى به حين يصدر منى أى تصرف قد لا يتفق مع رغباتها، أو حتى تصدر منى كلمة بصوت عال دون قصد، فتنظر إلى نظرة فى الحـال أعرف جيـدًا مغـزاها وما سيـأتى وراءها من هذا النوع من العقاب المذل وهو حرمانى من شىء هى تعلم جيـدًا مدى أهميته عندى.. أشار على أصدقائى بالزواج مرة أخرى، ولكنى أعلم جيـدًا تداعيات الأمر، فرفضت هذا الاقتراح بشدة.. أما زوجتى فهى امرأة صالحة ومتدينة وتحفظ القرآن وتقوم بأنشطة دينية وتطوعـية كثيـرة.. ولكن.. الحلو لا يكتمل كما يقـول المثل.. فهل من مخرج؟!

✍ ✍ ✍

* سيدى العزيز. . أختلف معك فى أشياء ومع زوجتك فى أشياء أخرى فامتناعها عنك يا سيدى وقت الخـلاف أو الشقاق بينكما ليس من باب العقاب كما تظن، ولكن بسبب كون الرغبة عند المرأة تحكمها العاطفة أكثر من الوظيفة بعكس الرجل الذى تكون الرغبـة عنده تحت حكم الوظيفة بشكل أكبر، حتى وإن قلت أو انتفت المشاعر فى بعض الأحـيان، وقد تكون زوجتك تقوم بذلك بغرض أن تصفو الأجواء بينكما بكلمة منك فلا تبخل يا سيدى بالكلام الجميل الذى يسهم فى تصـفية الأجواء بينكـما وقت الخلاف، ولتكن نظرتها المعـروفة

لديك دعـوة للصلح والصـفـاء بدلاً من أن تكون إنذاراً بحـرمـانك مما تحب، وبذلك يرضى كلاكما هى بالكلام الودود والأحـاديث الرقيقة، وأنت بالوصول لمتعـتك الحلال مع رضاها وإقبـالها، فيتم المراد لكمـا معًا. . أما اخـتلافى مع زوجتك فـخو بخـصوص رد فعلهـا تجاه خلافـاتكما، وبما أنهـا ملتزمـة دينيًا فستفهم حـديثى لها حيث أقول أن العلاقة الجنـسية، والمسماة بالعـلاقة الحميمة هى تتويج لتوحد الكيان الزوجى، وهى الصـورة المادية الملموسة لهذا التوحد، وإتمامهـا قد يكون فى حـد ذاته تذويبًا للـخلافات وتجـاوز الأشيـاء الصغـيرة والتفاصيل التافـهة التى لا تخلو منها حياة، فاجتهـدى يا سيدتى لإجابة مأرب زوجك فيك حين تلح عليه رغـبته، فهذا هو حسن التـبعل، وهذا هو جهادك فى سبيل الله، وأخـيرًا أدعو الله ألا يحرمك هذا الأجر الكبيـر فهو نعم المولى ونعم النصير.

✉ أنا من المنضمين حديثًا لمعشر المعجبين بعلمكم وآرائكم، فلقد أزحتم الستار عن جانب من أهم الوظائف الإنسانية التى طالما ظلت فى الظل بالرغم من عدم قدرة أحد على إنكار مدى أهمية هذا الجانب من الحياة فى شخصيته وحالته المزاجية وقدرته على استكمال مسيرة الحياة وعلاقته بالآخرين و... و... و... وأشياء أخرى كثيرة ربما لا تتسع المساحة لاستيعابها.. وأريد أن أشير أنه حق المفيد الإطلاع على تجارب الآخرين حتى وإن لم تكن هناك مشكلة لدى القارئ يعانى منها أو يريد الشكوى منها - أو يظن هو ذلك على الأقل - وأريد أن أعترف بأننى من هؤلاء الذين زادت معرفتهم بالثقافة الجنسية بشكل عام، واستبدلت بعض المعلومات الراسخة لدى كمعلومات صحيحة - حيث كنت أظن أن المعلومات التى استقيتها من التجارب النسائية السابقة للزواج معلومات صحيحة - استبدلت هذه المعلومات بمعلومات أخرى تأكدت أنها صحيحة نظرًا للثقة فى المصدر هذه المرة، وليس الأمر كما سبق من حيث المصادر المتنوعة والتى كانت تشكل مصدر المعرفة، وهى الأصدقاء، والأفلام والمجلات والكتب الرصيفية الرخيصة، وبالطبع أدركت ولا زلت أدرك شيئًا فشيئًا أن معظم - إن لم يكن كل - المعلومات المستقاة من هذه المصادر معلومات خاطئة وتفتقر للأساس العلمى وتوافر الثقة.. أكتب كل ذلك وأشعر أن القارئ ينتظر المشكلة التى سأعرضها، ولكنى لا أريد السؤال أو الشكوى على الأقل هذه المرة، إنما أردت أن أخرج انفعالى الإيجابى من ناحية إعجابى بطرق باب كهذا ..

✍ ✍ ✍

* أشكر لك يا سـيدى هذا الـثناء الجمـيل وكل ما أسـتطيع قـوله أننى استحضرت الـنية الصالحة فى مستهل هذا النشاط الجـميل وكان هذا هو سبب رضا الناس عنه بفـضل الله وبحمده، كمـا أثنى باستعـانتى بكلام الله وأوامره ونواهيه وسنة رسـوله ﷺ فقد أحـسـت بالقوة، وهذا هو ما أشعـر القارئ بصدق مـا عرضناه من حقـائق، وذلك لتوافق الشريعـة الإسلاميـة الرائعة مع أحـدث ما توصلت إليـه العلوم الجنسـية من حـيث الاحتـياجـات والوظائف والطريقة الصحـيحة لإقامة العـلاقة الزوجية الحـياتية والحميـمة بشكل صحى ومـتكامل وسوى مما يـكفل للزوجين حيـاة زوجـية سـعـيدة مـديدة بإذن الله وفضله. . أما أكثر ما أثلج صدرى من رسالتك يا سيدى هى ما قلته بخصوص استبدال المعلومات الخاطئة بمعلومات صـحيحة على أسـس دينية وعلمية، وهذا هو المراد الأصلـى والرئيـسـى مـن بابنا هذا، لعل الله أن ينـفـعنا وينـفع بنا، ويرضـينا ويرضى عنا، ويهـدينا ويهدى بنا ويعـيننا على مـا يحب ويرضى. . وأخيرًا أحب أن أختم بالدعاء الذى ورد عن الـسنة النبوية المكرمة على لسان من يسمع ثناء على نفسه وهو: «اللهم لا تؤاخـذنى بما يقولون واجعلنى أحسن مما يظنون». . آمين يا رب العالمين.

✉ سيدتى الفاضلة الدكتورة هبة..

أرجو أن يتسع صدرك لمشكلتى والتى أحسبنى الوحيدة على ظهر هذا الكوكب التى تعانى منها، فأنا متزوجة منذ ١٧ سنة، ومنذ بداية زواجى وحتى الآن، وبالرغم من أن أبنائى قد كبروا ووصلوا للمرحلة الثانوية - ما شاء الله ولا قوة إلا بالله -، بالرغم من كل ذلك فأنا أكره العلاقة الزوجية الحميمة كرهًا شديدًا، بل أجدها شيئًا مقززًا يكلف المرأة ما لا طاقة لها بها، وكثيرًا ما كنت أسوّف وأختلق الحجج المختلفة لزوجى حين أستشف أنه يرغبنى، أما إذا فرغت الحجج ولم أجد مفرًا من إقامتها، فإننى وقتذاك أكون كلوح الثلج أو أسوأ ، فأكون فقط مجرد وعاء لشهوته، ولا أنفعل معه ولا أستطيع ذلك من الأصل، أما عن الاستمتاع الجنسى فإنى أسمع عنه مجرد سماع تمامًا كالغول والعنقاء، وحين تتحدث صديقاتى عن هذه الأشياء، فإنه حديث إذن لا يخصنى بالمرة، وكأننى لا أشكل شريكًا فى هذه العلاقة مع أى إنسان.. ولكن مؤخرًا بدأت أضيق بنفسى وخاصة بعد متابعتى لبابكم، وعرفت مدى استمتاع النساء بتلك العلاقة تمامًا مثل الرجال - وهذا شىء كنت أجهله تمامًا - فعكفت على التحدث مع نفسى عن أهمية تبديل تعريف هذه العلاقة بداخلى حتى أعيش بقية حياتى مع زوجى أسعد حالاً خاصة وأنه رجل حنون ومحب، ولم يجرحنى يومًا بكلمة واحدة، ولم يضغط علىّ أبدًا لفعل أى شىء لا أحبه حتى حقه فى علاقته الحميمة معى، لم يطلبه منى بالقوة أبدًا بل كان يستجيب دائمًا لرفضى الأحمق وحين كنت أوافقه كان يطير فرحًا.. فما السبيل إلى الإصلاح يا سيدتى؟!

* حسنًا فعلت يا سيدتى الفاضلة أن بدأت التفكير فى السعى نحو حياة زوجية أفضل، وزوجك بصفاته الحميدة الجميلة التى وصفتيها فى رسالتك لجدير بهذا السعى المحمود لكسب رضائه والسعادة المشتركة معه، وربما هذه هى الجائزة الربانية التى بانتظاره جزاء صبره وحنانه عليك طوال ١٧ سنة، ورحمة الله بك أن أفقت بدون صدمة مثل علاقته بأخرى أو حتى زواج ثانى، ولذلك فأنت بالفعل تستحقين التحية، أما عما تنشدينه من ثقافة جنسية صحيحة فخير مصدر لها هو الكتب التى وردت فيها سيرة السلف الصالح من حيث ما كانوا يسألون عنه رسول الله ﷺ والسيدة عائشة فيما يختص بشئونهم الأسرية وأخص خصوصياتها وبالذات ما يشير إلى كيفية الاستمتاع الزوجى الحميم، ولكن أبرز النقاط التى يجب الحرص عليها هى الاهتمام بالمداعبة المتبادلة بين الزوجين وخاصة بالنسبة للزوجة حيث تحتاج لوقت أطول فى المداعبة كى تصل لمرحلة مرضية لها ولزوجها من الاستثارة، ولكن الأهم من كل هذا هو مدى تركيزك أنت فى هذه المداعبات وربطها بما يحدث داخلك من إحساس النشوة الجنسية التى تحدث لا محالة داخل جسدك ولكنك لا تجيدين التقاطها ولا تتركينها تملك عليك مشاعرك، وذلك لتثبيطك لهذه المشاعر على طول الخط منذ بداية ممارستك لهذا النوع من العلاقة التى تربيت على استهجانها وإدانتها بسبب الإسقاطات الثقافية والاجتماعية الخاطئة والتى طالما خلطت بين العلاقة فى حدودها الحلال ونوعها الآخر المستهجن والمستنكر بالفعل وهو النوع الحرام، وربط الاستمتاع بها للأسف بالنوع الحرام وهو الشىء الذى يجب علينا أن نجتهد فى إنهاء خلط الأمور بالنسبة له وأخذ الجانب الصحيح فيها وأفصح ما نقول هو أنه يجب أن نتأسّى بالرسول ﷺ وسننه العطرة فى هذه العلاقة.. وفقك الله وساعدك.

✉ أنا زوجة منذ ١٢ سنة، متزوجة من زميل لى فى العمل بهرنى فى أول الأمر بحبه لى، وكنت منتهية لتوى من قصة حب فاشلة فقررت أن أتزوج أول من أراه مناسبًا لى شريطة أن يكون هو يحبنى، وحدث بالفعل أن تقدم لى هذا المثل الذى كان يجول بخاطرى فأحسست أن هذه هى ضالتى المنشودة، وكأن أبواب السماء كانت مفتوحة لى، فرزقنى الله بزوج يحبنى ولا أحبه ومناسب لى من جميع النواحى الاجتماعية والمادية والثقافية، ومرت فترة الخطبة كأحسن ما يمكن أن تكون، وتم زفافنا وأشعرنى زوجى أننى محور حياته وأن رضاى عن مسار حياتنا هو أهم أولوياته، وبمرور الوقت، بدأ هذا الاهتمام الزائد ينحسر شيئًا فشيئًا، وبدأت عواطفه تفتر ناحيتى، وصارت بيننا فى المنزل حالة كحالة اللاسلم واللاحرب، فلا يدور الحديث الآن بينى وبينه إلا لسبب قوى، وأعرف أنك تريدين سؤالى عن حياتنا الزوجية الحميمة، وأقول لك يا سيدتى أن هذا هو الجانب السلبى الأكثر وضوحًا منذ أول زواجنا وحتى الآن، وحتى طوال الفترة الأولى من زواجنا، لم تكن علاقتنا الحميمة على ما يرام، ولم أكن أشكو إلا من بعض الآلام التى كانت تصاحب أداء تلك العلاقة، أما عن المتعة فلم أعرف عنها شيئًا طوال سنوات الزواج، وحين قرأت فى بابكم عن أهمية الحوار الزوجى على كل المستويات سعيت لإقامة هذا النوع من الحوار لعله يكون سببًا فى الإصلاح العام لحياتنا معًا، هذه الحياة التى هى أقل ما يقال عنها الآن أنها حياة غير سعيدة، فتخيرت الوقت المناسب

وكانت حالتـه النفسية صـافية، وحالتـه المزاجية جيدة، واسـتجمعت شـجاعتى وفاتحـته في الموضـوع علـى استحـياء، طالبة منه أن نعطى اهـتمامًـا أكثر لحـياتنا الحميمة معًا، وأن نحسّا ونصل بها إلى صورة أحسن وأجمل فى سبيل أن نحيا معا حيـاة أسعد حالاً مما نحن عليه الآن، واسترسلـت فى حديث كنت حريصة على أن يمتلئ رقـة وعذوبة، فـتركنى زوجى أتحـدث للنهـاية، ثم نظر إلىّ نظرة مـشمـئزة ثـم سكت وحين سألتـه عن سـبب سكوته نظر إلىّ نفس النظرة مـرّة أخرى وقـال لى أنه لم يكن يتصـور أننى على هذا القدر الكبـير من «البجـاحة والوجه المكشوف» على حـد تعبيره، وأنه يبدو أنه قد غُشّ فىّ حين اعـتقد أننى من ربات الصـون والعـفاف، وأنه لا يوجـد امـرأة محـتـرمة تـتحـدث فى هذه الأمور.. فـأحسـست أننى سيـغشى علىّ من هول مـا سمـعت من صفـات قد ألصـقت بى، ولم أعرف بماذا أجيـبه.. هل أدافع عن نفـسى ؟! أم أبكى ؟! أم أصرخ فى وجهه ؟! ولكننى أفقت من كل هذا فـوجدته قد ترك الغرفة وتركنى وحدى، ومن يومـها وهو أشـد جفـاء معى وبالنسـبة لى قد اشـتدت حيرتى.. فدلونى ماذا أفعل ؟

✍ ✍ ✍

* لا يا سيدتى، لا تشكّى فى نفـسك البتة، فلسـت مخطئة بأى مـقياس من مقاييس العقلاء، بل بالعكس، أنت امرأة إيجابية، وتـسعين لإسعاد زوجك وتحسين مجريات حياتك، كما أن لك احتـياجات جسدية ونفسية وغريزية ليس لأحد أن يوفيـها سوى زوجك، فحين تلجئين لإصـلاحها يجب أن يكون هذا الملجأ هو ذات الزوج، كـما يجب عليه أن يتقـبل هذا الكلام بصدر رحب بل

ويقدر لزوجته هذا الموقف الإيجابى المحمود الذى يدل على حرصها على استمرار حياتها معه ولكن ليس على هذا النحو البارد الراكد، ولكن بشكل أكثر إيجابية وأجمل شكلاً ومضموناً.. ولكن أيضاً اسمحى لى يا سيدتى أن أعيب عليك عناصر اختيارك لزوجك، فهى شروط غير منطقية، وبطبيعة الحال لا تضمن السعادة، فالزوج أو الزوجة ليسا بأشياء ستستعمل وتبلى، أو إذا لم تعجبنا نردها ونأخذ غيرها، فيجب بناء على ذلك أن تكون مقاييس اختيارنا غير ذلك على طول الخط، وقد حدد الرسول ﷺ قواعد اختيار الزوج بركنين أساسيين وهما الخلق والدين، هذا بالطبع فضلاً عن المقاييس الأخرى مثل التوافق النفسى والتكافؤ الاجتماعى، كما حدد أيضاً مقاييس اختيار الزوجة نفضل الدين على بقية المقاييس، فإذا توفر القدر الكافى من التدين، توفر أيضاً القدر الكافى من المودة والرحمة وهما الوقود الكافى لأن تستمر العلاقة الزوجية سوية وسعيدة لآماد بعيدة، أما إذا اجتهد الإنسان ووضع مقاييس مخالفة لهؤلاء، فهو الخاسر قطعاً، والأمثلة أمامنا كثيرة.. وأوجه كلمتى الأخيرة لزوجك فأقول له أننى أعتقد، وبشدة، أنك أيضاً فى حاجة لفتح حوار صريح مع زوجتك فى صميم نفس الموضوعات، ولكن يمنعك كبرياؤك، ولكن الكبرياء يكون مذموماً إذا ما أقحم فى هذه الأشياء، فاعترف يا صديقنا العزيز أن زوجتك أثبتت شجاعتها بخوضها فى هذه العلاقة، ولتحذو حذوها أنت أيضاً، فليس فى العمر الكثير يا صديقى - وإن طال -- لنعيش أيامه فى ظل هذه الغمامة النفسية، ولقد جربتما العيش بطريقتكما ولم تفلحا، فماذا لو جربتما شيئاً آخر، ولتجرب نصيحتى هذه يا صديقى ولن تندم إن شاء الله..

أسمع كـثيراً عن مـوضوع «الربط» وهو نوع من السحـر يجعل الرجل غير قـادر على القيام بالأداء الجنسى، ربما مطلقًا، وربما بقدر غـير كافى، وأنا شاب مقبل على الزواج، ولا أبالغ حيث أقول أننى فى غاية الرعب والفزع أن يكون أحد قد عمل لى هذا النوع من العمل، فلا أستطيع أن أبلى بلاء حسنًا فى حياتى الزوجية.. أفيدونى من فضلكم..

* يا أيها الشاب العزيز..

اعلم يا صديقنا أنه لا يصيبنا إلا ما كتب الله لنا، ثم أنه لا ينفذ شىء إلى صـحة الإنـسـان إلا بإذن الله، أمـا إذا سـألتنى عن رأيى الشـخـصى فى هذا الموضوع، أقول لك أننى كثيراً مـا صادفت فى عملى حالات عبارة عن أزواج وزوجات شـابات لا يستطيعـون القيام بالعـلاقة الجنسيـة بشكل كامل فى المدة الأولى للزواج، ويرجعون هذا أيضًا لموضوع الربط، وهو اعتقاد سائد فى حين أنه من الطبيعى تمامًا أن يتأخر إتمام العلاقة بعض الوقت بعد الزواج فى حالات كثـيرة إما بسبب شـدة الحياء، أو شدة الخـوف بسبب المعتقـدات الاجتماعـية الخاطئة السائدة عن هذه العلاقة من ناحية الفتاة، أو الخوف من عدم أداء المهمة التى ينتظر الجميع خبراً عنها من ناحية الرجل، فيصيبه ذلك بعجز جنسى نفسى مؤقت مـعروف فى الطب الجنسى بـ «عنة الفـترة الأولى من الزواج»، فـتوكل على الله يا صـديقنا ودع كل هذه الأفكار الخاطئـة، وتحرّ حـسن التصـرف مع عروسك فى ليلة الزفاف، أتم الله لك زواجك بكل خير إن شاء الله.

أنا سيدة عـمـرى ٣٥ سنة، تزوجت من الشاب الـذى أحبـتـه وأحبنى طوال سنين الدراسة الجامعية بمبـاركة العائلتين والحمد لله، وأنجبت ابنى الأول بعـد أقل من سنـة من زواجى، ثم شـاء أن يـبتلينى بـإصـابتى بمرض فى الأمـعاء لا عـلاج له إلا الكورتيـزون والأدوية الأخـرى المثبطة للـمناعة، وقـد حـذرتنى طبيـبـتى من الحمل فـى ظل أخذ هذه الأدوية حـيث تؤثر سلبًا على الجنين، فاسـتسلمت لنصـائح الأطباء، وحمـدت الله أنا وزوجى أن رزقنا بأبننا الأول ولم يحـرمنا الإنجاب، وظل الحـال كمـا هو لمدة أكثـر من عشـر سنوات وحلم إنجاب طفل ثـانى يراود عقلى، وبالفعل شـفانى الله بفضـله وتوقفت عن أخذ الأدوية التى تمنع الحمل، وبعد حـوالى السنتين رزقنى الله بطفلتى الوحيدة، حتى تلك اللحظة التى كانت حياتى مع زوجى المحـب بارك الله فيه، شهر عسل طويل، وكانت حياتنا الحميمة مستقرة، بل رائعة، وكانت ممتعة لى وله، وجميلة بالنسبة لكلينا، وكانت مشبعة من الناحـية النفسية والغريزية إلى أقصى الحدود، وكان رضا كل منا هو غاية منى الآخر، وعلى ذلك غلفت حياتنا بالحب والمودة والرحمة وقد كان زوجى الحبيب خيـر عون لى خلال فترة مرضى ومعاناتى مع المرض.. وكان زوجى شـديد التعلق بوالدته حـيث فقد والده فى صـباه المبكر، وبعد إنجابى لابنتى بوقـت قصير بدأت شموع الدنيا تطفأ الواحدة بعد الأخرى، وكأن والدة زوجى «رحـمها الله» كانت أكـسير السعـادة لنا طوال حياتها، فـقد انقلب حال ابنى وأصبح يغار على من أخته بالرغم من كونه كان قد وصل إلى عمـر ١٣ سنة، وأصبح يـرفض فكرة وجود طفل آخـر فى الأسرة وخـاصة أن

ابنتى رزقت بجمال يأخذ العقل، فصار عصبيًا إلى أقصى درجة وتدهور مستواه الدراسى وبدأ يرسب لأول مرة فى حياته، أما زوجى فقد قلب الحزن على أمه كيانه، فأصبح يكره الضحك والسفر، وحتى مجالسة الأصدقاء، ويؤثر السكوت والظلام والبقاء وحيدًا فى المنزل، بل فى غرفته المظلمة، وأصبح لا قبل له بتحمل أعباء إضافية مثل مسئولية الأولاد وخاصة ابنى الى وصل إلى سن المراهقة، بالإضافة لمشاكله الأخرى والذى لا قبل لى بالتصرف وحيدة تجاهها وخاصة مع انشغالى بابنتى الرضيعة، وكلما حدثته فى هذه الأمور نظر إلىّ باستنكار واتهمنى بعدم تقديرى للأمور، ولقد توقفت تمامًا علاقتنا الحميمة عند هذا الحد؛ ولم يقترب زوجى منى منذ وفاة والدته ولمدة حوالى عشرة أشهر، فأحسست أن كل شىء قد تآمر علىّ وفى نفس الوقت، فلجأت للطب النفسى وذهبت إلى إحدى الطبيبات فى الحى الذى أقطن فيه، ومن ضمن الأسئلة التى وجهتها لى، بعض الأسئلة عن العلاقة الجسدية الحميمة بينى وبين زوجى، فسردت لها ما سبق من نجاح سابق وتوقف لاحق، فطلبت تفاصيل العلاقة، فترددت أولاً ثم أخبرتها بكل شىء، بالرغم من عدم فهمى لعلاقة التفاصيل بالموضوع الرئيسى الذى ذهبت إليها من أجله وهو حالة ابنى النفسية، والطريقة المثلى للتعامل والتصرف معه، ولكن قدر الله وما شاء فعل، فحدث ما أراه غريبًا وعجيبًا فى نفس الوقت، فقد بدأت الطبيبة لا تحدثنى فى شىء إلافى علاقتى الحميمة، وقد أقنعتنى جلسة بعد جلسة أننى كنت أحيا حياة جنسية فاشلة مع زوجى طوال اثنتى عشرة سنة دون أن أعلم عن ذلك شىء وأنها تشفق علىّ من تلك الخدعة الكبيرة التى كنت أعيش فيها، وقد كانت مقنعة فى

كلامـها إلى أقصى درجةحـتى أننى بدأت أركن إلى هذه الأفكار شيـئًا فشيـئًا، وانصرفت عن مشكلة ابنى تمامًـا، واستغرقت فى التفكيـر العميق عن «المقلب» الذى شربته طوال السنوات السابقة، وغياب العـلاقة الجنسية المثالية عن حياتى، وأصبـحت تحسـرنى على حياتى السـابقة، وتحثنى أن ألحق بما بقى من حيـاتى الآتية قبل فـوات الأوان، فانتظرت بعد مرور سنة من وفـاة حماتى، وبدأت فى مـفـاتحـة زوجى فى هذا الموضـوع، وطالبتـه باللحـاق بما فـاتنا، ووصـفت له «الكتالوج» الذى أعطيته لى الطبيـبة، فنظر إلىّ زوجى بكل عجب وازداد عجبه كلمـا سردت أقـوال الدكتـورة قولاً وراء قـول، وأخـيراً وبعـد أن انتهـيت من حديثى اتهمنى بالجنون والتفاهة وانعدام الشخـصية لسماحى للطبيبة أن تتطرق لموضوع لا هـو تخصصـها الدقـيق، ولا كان منه أية شكوى، ولا هـو الموضوع الذى ذهبت إليها من أجله أصـلاً، ونهانى عن الذهاب لهذه الطبيبـة مرة أخرى وأشار إلى أن أكتب لكم عن مشكلتى لعلى أعـرف إن كنت أنا المخطئة أم هو المخطئ؟ وهل الطبيبة على حق أم زوجى هو الذى حق؟ أم أنه يغطى مسئوليته عن تعاستى كما تقول الطبيبـة (حين اتصلت بها تليفونيًا بعد هذه المواجهة) مع العلم أنى علمت منذ وقت قريب أنها غير متزوجة!؟

✍ ✍ ✍

* يا عزيزتى الأخت الفاضلة. .

من الواضح يا سيدتى أن خـبرتك فى الحياة محدودة، وكـانت محصورة فى بيتك وزوجك وأولادك (أو ولدك) وخاصة زوجك الذى كان الدنيا بأسرها بالنسبة لك، وذلك حـولك إلى شخصية اعـتمادية لدرجة مـعينة، جعلتك لا

تستطيعين معهــا حمل كامل المسئولية على كتفــيك، لتعودك أن زوجك (أكرمه الله) دائم مشاركتك فى المسئولية وفى التعاطف، مع إغراقك بحـبه ومودته، ولقد ظهرت أزمتك حين انشغل زوجك فى مســألة وفاة والدته التى كان يحبها حبًا كبــيرًا (رحمها الله)، مما يظهر أيضًا أنه عــاطفى إلى أقصى درجة، فلجأت إلى شخص آخر ليكون هو سيدك فى هذه الحـياة، وليكون عليه توجيهك إلى ما يجب أن تفعلى مثلمــا عودك زوجك. ولكن كان اختيارك فى غيــر موضعه أسف، حيث أعتقــد أن طبيبتك ليست (بكل أسف) أهلاً للثقــة، فقد كان من الأحرى أن توجهك لكيفية التصرف حيال ابنك المراهق - حيث كانت هذه هى شكواك الأساسية وأن تترك حياتك الجنسية فى سلام طالما لم تشتكى مما يسودك أو يسود زوجك حيــالها. فكما فهــمت من رسالتك أنك تزوجت من زوجك بعد قصة حب، وقد تطبع كل منكما بطباع الآخــر، وهذا يشمل أيضًا قالباكما الجنسى (القالب الجنسى لكل منكما)، وهو الطريقة التى يستثار بها كل إنسان، وأيضًا الطريقة الذى يثير بهــا شريك العلاقة، فلقد كان كلاكما صــفحة بيضاء وقت زواجكما، وبــدأتما فى نقش ما يشبــع كل فى الآخر شيــئًا فشــيئًا حتى وصلت علاقــتكما إلى الروعة التى وصــفتها أنت فى مــستهل رسالتك. فــما للطبيب المعالج بشىء لم يشك عنه المريض؟! ولـم يتم التركيز على هذه الأشياء دون غيــرها، بل وإقناع طالب العلاج بأنه كــان على خطأ طوال الوقت؟ أليس مفهومًا أن ذلك يضيف عبئًا نفــسيًا وعصبيًا على تلك المريضة (التى هى أنت يا سيدتى) بدلاً من إزالة أعــبائها النفســية أو على الأقل العمل على ذلك؟ ولكن للحق والإنصــاف، فهــذه ليــست القاعــدة فى اللجــوء للطب النفــسى، على العكــس، فهذا التخصص دقيق جدًا، وعلى درجــة عالية للغاية من الحساسية،

ويحتاج لمـوهبة خاصة وحنكة من الطبـيب، ومعظم أطبائنا النفســيين - لحسن الحظ - على علم وخلق كبيرين، ولكن لكل قاعدة شواذ، أما الآن يا سيدتى، فما أطلبه منك هو ألا تلقى لتلك النصــائح بالاً، وأن تعودى لسابق عهدك مع زوجك وعــلاقتك الرائعــة به، ولا يفوتنى هنا أن أغــبطك على أن رزقك الله بزوج محــب وحنون مثل زوجك، ولكن لى عليــه عتــاب صغيــر، وهو هذه الدوامة الكبيرة من الحزن التى أدخل نفسه فـيها، ولم يجتهد فى الخروج منها، وإن كان قــد فعل لفوّت الكثــير من هذه الأحداث غــير المحمــودة التى حدثت بالفعل، ولكن قدر الله ومــا شاء فعل. وأخيرًا أشكر لـزوجك ولك ثقتك فينا وأرجو أن تعــودًا سويًا إلى سابق عــهدكمــا من السعــادة الدائمة طوال سنوات زواجكما المديدة السعيدة بإذن الله.

السـلام عليكم ورحـمـة الله ويـركـاته.. إن هذا الموضـوع الذى سأثيـره اليوم فهـو مختلف تمامًا عن الموضوعات الـتى طالعتهـا من قبل، وهى مشكلة تثير قلقى بشكل كبيـر وكم أتمنى أن أجد لديكم الإجابة عليـها، علنى أستفيد من مـشورتكم فى مستقبل حياتى ولكم الشكـر مقدمًا وجزاكم الله عنى وعن الكثير من شباب الصعيد فى مثل ظروفى خيراً.

مشكلتى قـصيرة ولكنها مـتكررة، إننى مقبل على الزواج خـلال الأسابيع القليلة القادمة، وكما تعلمون فإن عادة ختان الإناث منتشرة هنا فى صعيد مصر لدرجـة كبـيرة وبصـورة فظيعـة حتى أن حـوالى ٧٥٪ من الفـتيـات عندنا يتم ختانهن على الطريقة الفرعونية، وهى كما تعلمون باختصار إزالة كل الأعضاء البارزة التناسلية للفتاة (الشفـرين والبظر) بالكامل وخياطة المنطقة إلا من جزء يسير يسمح بمرور دم الحيض.

خـلاصة المشكلة هو أن خطـيبـتى تخاف من أن تكـون هذه العمليـة التى أجريت لها سببًا فى بعدنا عن بعـضنا فى المستقبل، فهى تخاف من أن تتألم ليلة الزفـاف، وقد أحـسست أنهـا قد سـمعت الكثـير من القـصص عن ذلك، وأنا أحاول أن أطمئنهـا بكل ما أستطيع، وقد خـففت عنها إلى حد مـا، والحمد لله، ولكنى أشـعـر من وقت لآخـر فى الحديث مـعـهـا أنها مـا زال الخـوف يسكن وجدانها بشكل كبير. أما أسئلتى تحديداً فهى التالى:

١ - هل يمكن أن تتعرض الفـتاة التى أجرى لها الختـان الفرعونى إلى آلام فوق العادة.

٢ - وهل يمكن أن تكره العلاقة الزوجية بسبب ذلك، علمًا بأن كلاً منا قد أكمل دراسته الجامعية ونحب بعضنا البعض بشكل كبير ومتفاهمين من الناحية النفسية لأقصى درجة؟

٣ - وما هى أنسب الأوضـاع الجنسية لهذه الحالـة بحيث لا تتألم حبيبتى فى ليلة عمرها؟ إن الإجابة عن هذه الأسئلة تهمنى جدًا، حيث أننى أشـعر مما أقـرأ عن الختـان أن الـفتـاة أو المرأة المختـتنة لـديها عـاهة مستديمة لا شفاء منها، أو على الأقل، كتب عليها ألا تـستمتع جنسيًا على الإطلاق ومـدى الحـيـاة!! إننى أحب خطيـبتى، فـإنى أريدها إنسانة أولاً وقـبل كل شيء، ولا أدرى ماذا أفعل حـيال هذا الوضع الذى لا ناقـة لنا ولا جـمل فـيـه ! أرجو منكم الرد على مـشكلتى بشىء من التـفصيل، وأود الإشـارة إلى أننى إذا رزقنى الله بنات فى ذريتى فإنى لن أفعل أبدًا بهن هذه الجريمة النكراء إن شاء الله.

وأخيراً آمل منك يا دكتورة الرد السريع، فالزفاف على الأبواب أستميحك عذرًا على الإطالة، وأنت أدرى بحـال شباب اليـوم؛ إما ثقافة غـربية منحلة، أو خيالات الفتوة الزائفة وكأن الواحد داخل حرب، شكرًا مقدمًا.

✍ ✍ ✍

أولاً: أود أن أشكر القـارئ الشاب على هذه الأسـئلة القيـمة التى تفـتح الباب لشرح مـا هو غائب عن علم البعض من أسـس علمـية لمسألة ختان الإناث.

ثانيًا: أنواع الختان تتدرج بين خفض واستئصال للبظر إلى الختان الفرعونى المشار إليــه فى رسالتك، وهو اسـتـئـصال لجـميع البظر والأشــفار الصغيرة، وأحيانًا تصغير لفتحة المهبل، وهذه عادة حبشية قديمة قدم الدهر، وقيل إنها فرعــونية ولكن أثبتت الدراسات عكس ذلك، إذ إنه من الثـابت أنها كانت مـوجودة فى وسط وجنوب أفـريقيـا قبل العصـر الفرعونى، بل أنه لم يثبـت عن الفراعنة قيامـهم بها، ولو كانوا قـد قاموا بهـا لرأينا ذلك رسمًـا فى آثارهم، كما ورد خـتان الذكور والذى وجـد فى رسومـاتهم على بعض الجدران فى مـنطقة سقــارة. وأرجو ألا يفهم من شرحى لماهيــة هذه العملية أنهـا عاهة مسـتديمة كـما قال الأخ الراسل، أو أنهـا لا حل لها كـما أورد فى رسالته، أو أنها تتسبب فـى آلام شديدة فوق العادة فى الجماع، أو أنهـا لا تـسـبب الاسـتـمـتـاع على الإطلاق، فكـل هذه تهم باطلة ألصقت بالختان دون سند علمى ولكنها أفـرزت اعتقادًا راسخًا عند النساء المخـتـتنات أنهن فـاقدات لشىء يجـعلهن غيـر قادرات على الحصول على تمام المتعـة، وذلك ما يشكنَّ دائمًا منه، وهنا أريد أن أوضح أن هؤلاء الـسـيدات لسن كـاذبات بهذا الشـأن، ولكن ليس الـسبب هو الختـان البتة، ولكن قد يكون هناك أسبـاب أخرى تنبثق من الجهل الجنسـى من الرجل أو المرأة أو كليهمـا، وعمـومًا فليـس هذا هو مـجال سرد هذه الأسـباب، ولكن عـلى كل حال، خـتان الإناث برئ من هذه التهمة.

ثالثًا : مـا هى عيـوب ختـان الإناث؟ وكيف أنهـا ليـست عاهة ولكنهـا مرفوضة؟ إن الختان كما سبق أن أوضحت هو استـئصال عضو البظر كليًا أو جزئيًا، مع أو دون الأشفار على الانتصاب فى جسد المرأة، وهى الأجـزاء المسئولـة عن استجـابتهـا الجنسيـة الملموسـة، والتى تتـاوى (الأعـضاء المستأصلة) مع الأنسجة القـادرة على الانتصاب عند الرجل والمتمثلة فى الجزء العلوى من العضو الذكرى (القضيب) والتى تحفظ له قوامه الصلب لمنحه القـدرة على إتمام الغلاقة الجنسية وقت الجماع.

وهنا يبرز سؤال آخـر وهو: ماذا يفيد وجـود الأنسجة المتصبـة فى جسد المرأة فى حين أنها الطرف السلبى فى العلاقة ولا تحتاج لصلابة أعضائها الجنسية مثلما يحتاج الرجل لإتمام الجماع؟

وأجيب فأقول أن الإفادة مزدوجة، أحدها للمرأة نفسـها، إذ أن الإحساس بحدوث الانتصاب (وهو امتلاء هذه الأنسجة بالدماء المتدفقة من الدورة الدموية داخل الجسم إلى الأعـضاء التناسلية) هذا الإحســاس يسبب الانتشاء والشعور بالإثارة الجنسية عنـد المرأة مما يزيد من تفاعلها مع الرجل فى العلاقـة الجنسية، إذن ما الحل فيـمن فقدن هذه الأعضاء باستـئصالها حال الختـان؟ أقول لهؤلاء النسـاء إن الله رحيم بعباده، فهناك قاعدة يعرفها جيدًا الزملاء الأطباء؛ وهى أن الجسم البـشرى حبـاه الله بالكثيـر من الأجهزة التـعويضيـة، وإنه خلق النفس الوظيفية أكثر من عضو حتى تتم الوظائف البشرية على أتم ما يكون، فسبحان

الخالق العظيم عودة إلى المرأة المختتنة فأقول لها: إن البظر والأشفـار الصغيرة تحتـوى على التكتلات العـصبيــة الخاصــة بالإثارة الجنسية جنبًـا إلى جنب مع النســيج المتـصب الذى يعـوض الله عنه المرأة التى فـقـدته بتـدفق الدمـاء فى الأعضاء الجنسية الداخلية والحشـوية، مما يجعلها تشعر بنفس الإحسـاس للإثارة الجنسية، أمـا الأعضاء الخارجـية، فبالرغم من فقـدها، فإن النهايات العصــبية المسئولة عن ذات الإحـساس موجودة فى قـاعدة المنطقة المسـتأصلة المتواجدة - حاليًا - مماسّة للبدن فى منطقة مـا حول المهبل، ولذلك فهى تحتاج لأداء رقيق من المداعـبة اليـدوية فى هذه المنطقة؛ ويكون مـن المستـحسن اسـتخـدام أحد المستحضرات الطبـية الملينـة مثـــل «الجيل gel» أو الفازلــين الطبى الخالــى مــن الإضافـات الكيميـائية مثل الألـوان أو الروائح أو كليهمـا، وذلك لاتقاء الآلام التى قـد تنتج عن احتكاك جلد الأصـابع بالجلد الرقيـق الغشائـى لهذه المنطقة.

ومن هنا يتضح لنا أن الطرق المبـاشرة وغير المباشــرة التى تعرضت لها يا صديقنا فى رسالتك هى ذاتها التى يجب عليك اتباعها، ولكن بدلاً من مداعبة عضو البظر لتهيئة الزوجة قبل الجماع فلتكن المداعبة فى قاعدة البظر المستأصل، إذ أن النهايات العصبية ذاتها موجودة فى ذات المكان.

رابعًا: يبقى سؤالـك عن الألم أثناء الجماع، هذا لا علاقة لـه بالختان يا صديقى، بدليل أن أكـثر من ٩٠٪ من الفتـيات يشكن منه وإن كن غيـر مختـتنات، ولكنه ليس بالألم الرهيب المتـداول بين الفتـيات،

ولكن إذا تمت العـملية الجنسـية بالشكل الصـحيح من حـيث البناء والبـداية الـسليمـة والمداعبـة واحتـرام مراحل الدورة الجنسـية كـلا الزوجين، فإن هذا الألم سيكون شبه مـنعدم أو على الأكثر سيكون أمرًا محتملاً جدًا.

خامسًا: وأخيـرًا: عن الوضع الجنسى المناسب لحال عـروسك، أقول يا صديقى أن عرروسك فـتاة طبيعية بكل المقـاييس، وما يسرى على غيرها من الفتيات تسرى أيضًا عليها.

أنا عـروس شـابـة عـمـرى ٢٤ سنة، ومـتـزوجـة منذ حـوالى الشهـرين، وسـارت الأمـور الجنسية بـيننا على خير مـايرام بالنسـبـة لما أسمـعه واقرأه عن الآلام الرهيبـة أو عدم إتمام العلاقة الجنسيـة أو كل المشاكل الأخرى التى تواجه المتزوجين حديثًا، ولكنى بالنسبة لصديقاتى وأخواتى اللائى سبقتنى إلى الزواج أرانى غريبة فى شىء واحد وهو أننى لا أشعـر بأية متعة فى العلاقة مع زوجى بالرغم من عدم إحـساسى بأى ألم، وأخشى أن أكون باردة جنـسيًا، مع العلم بأن زوجى لا يحب مـداعبة ما قـبل الجماع ويقـفز للعلاقة ذاتهـا فور البدء فيـها، المشكلة الآن هى أننى أوهمته بأننى أسـتمتع وأننى سعيـدة بالعلاقة وأننى لا أشكو من أى شىء، فعلت كل ذلك لأشـعره أنه زوج ناجح حيث أنه مفرط فى حساسيته وفى لطفه مـعى وأشفق عليه من أن يشعر أنه مقصر فى أى شىء أما الآن وقـد بدأ الوقت يمر أكثـر وأكثـر، فلا أنا أشـعر بشىء كمـا كنت واهمـة أننى سـوف أشـعـر به مع الزمن، ولا هو اخـتلف فى طريقـة ممارسـتـه لعلاقتنا الحمـيمة معًا، وإنى الآن حائرة، فـهل أنا باردة جنسيًا؟ وهل هناك أمل فى العلاج للنسـاء الباردات جنـسيًا أمثالـى، وهل هناك خط رجعة عن إيهـامه أننى مـسـتمـتعة ولا أشـكو أية مشكلة؟ وكـيف يكون ذلك؟ مع العلم بأننى أنا وهو ليست لنا تجارب سابقة ولا ثقافات جنسيـة كافية، فهل هذه نعمة أم نقمة، وهل هى ميزة أم عيب فى ظل الظروف التى عرضتها؟

* أولاً يا عروستنا الجـميلة نود أن نقدم لك تهانينا بالزواج السـعيد بإذن الله، أما عن مـوضوعك فـدعينى أوضح لك بعض الحـقائق المهـمة: بالنسـبة للاستـمتاع الجنســى فهو قطعًـا حق لك، ولكن يبدو أنك مع جـهلك بالأمور الجنسية لا تعلمين أن هناك نوعين من الاستـمتاع لدى المرأة، نوع خارجى وهو يحدث بمداعبـة الأعضاء الجنسية الخارجـية وخاصة الأعضاء الانتصـابية حيث شدة الحسـاسية، والأعضاء الداخليـة المتمثلة فى جدار المهبل بما يوجـد فيه من نهايات عصبـية تنقل الأحاسيس الجنـسية (الإثارة) إلى المراكـز المعنية فى الجهاز العصبى أما عن الاستمتاع الخـارجى فسبب عدم إحسـاسك به هو كون زوجك يهمل أو يـجهل - نظرًا لجهـله بالأمور الجنـسيـة كمـا عرضت - دور المداعـبة السابقة للجماع فى حسن تجهيز المرأة نفـسيًا وحسيًا وحتى جسمانيًا لأداء الوظيفة الجنسية على خير وجه، وهذا الجزء خاص بالمشاعر والانفعالات الحسية وأيضًا اسـتجـابة الغدد الموجـودة فى جدار عنق الـرحم والمهبل حـيث تفرز السـائل المخاطى اللازم لسهولة إتمام العلاقـة الجنسية الحميمة فعليًا، أمـا عن الاستمتاع الداخلى فيصـعب على امرأة شابة فى مثل ظروفك من حـيث النشأة فى عائلة متحفظة ومجـتمع منغلق وخاصة فى موضوع مثل الثقـافة الجنسـية الذى طالما غُلف بغلاف من حديد وكتب عليه «ممـنوع الاقتراب»، وعلى ذلك فلم تتمرنى أبدًا على التـقاط هذا الإحسـاس من بين جنبات نفـسك، ولا تظنى يا فـتاتى العزيزة أن هذا عيب فـيك أو فى زوجك، فلم تكن العفة يومًا شيئًـا مشينًا أو مخجلاً أو خاطئًا، ولكنى أتحدث عن الثقافة الجنسـية بمعناها العفيف أيضًا حيث تعلم الفتاة أن هنـاك أشياء فى الوظيفة الجنســية اسمها كـذا وكذا وكذا. ولكن وقتها لا يأتى إلا مع الزواج، فإذا مـا حدث الزواج يـسهل على الفتاة آنذاك أن

تتعــرف على هذا الإحســاس بسـهـولة فتســاعد نفـسها وتـساعد زوجـها على الاستمتـاع الأكثر بالمتعة الحلال، ومن الأفـضـل كثيراً يا فتاتى أن تتـعلمًا سويًا فنون الإثارة والاسـتثارة داخل نطاق الـعلاقة الزوجـية بحـيث يتحـقق الصون والعفاف لـكليكما خاصة وأن هذا هو الغـرض الرئيسى والأصلى من الزواج، أما عن عدم اهتمـام زوجك بمرحلة ما قبل الجماع فسـبب ذلك هو عدم تجربته لهذه الميـزة التى إذا ما علم أهمـيتهـا لما سلاها، حيث أن طول فـترة مداعـبة الرجل لزوجتــه تنعكس عليه إيجـابًا وليس سلبًا، بأنهـا تطيل فترة الانتـصاب وتزيد من مقدار الاستمتاع، أمـا عن الكذبة التى تورطت فيها يا فتاتى بكونك تستـمتعين بلقـائك الزوجى معه، فـأنا لا أجد بدًا من أنك لابد أن تصارحـيه بالحقيقة، وتقولين له أنك لا تعتـقدين أن هذه هى المتعة التى تسمعين عنها من صديقاتك وأخواتك، وأنه لابد أن هناك شيئًا آخر غير ذلك، وأن عليكما سويًا التقـصى عن هذه الأشياء لتنفـيذها والاستمـتاع بها كـمتعة مـتاحة ورخيـصة وحلال، حيث أن هذه هى فترة تكوين قوالبكمـا الجنسية، فإن استمريت على الكذب عليه بشأن ذلك، فإن ذلك سيكون قالبه الذى سيتشكل عليه وسيصعب أن يتـحرك عنـه إن طال بكما الـزمن فى الممارسـة الخـاطئـة أكثـر من ذلك، فتشجـعى يا فتاتى وأقدمى على مصارحة زوجك، ولتـتخيرى الوقت المناسب والألفاظ المناسبة وليوفقك الله ويوفق زوجك فى علاقـتكما معًا لتكن حياتكما الزوجية سعيدة ومديدة بإذن الله.

✉ أنا زوجة فى الثانيـة والأربعين من عمرى، ومتزوجـة منذ ثمانية عشـر سنة من جار لى كنت أحبـه ويحبنى منذ أيام الصبـا، وتزوجنا وسرت بنا الحيـاة وأنجبنا بنتين حاولنا قـد استطاعتنا توفـير سبل الحيـاة المريحة لهمـا حتى وصلنا إلى المرحلة الثانـوية، وقد بدأنا حياتنا وزوجى يناطح مع الحيـاة لتحسين مسـتواه المادى والاجتمـاعى حتى أصبح يمتلك عـملاً حرًا يغبطه عليـه القريب والغريب الآن، أما عن حياتنا الجنسية فـقد كانت تسيرعلى خير ما يرام فى أول الأمـر حـتى بدأت فى الاضـمـحـلال منذ حـوالى ٤ سنوات،. وقـد كـان هذا الاضمحلال تدريجـيًا، فقد بدأ بنقصان فى عدد مرات لقـاءاتنا الزوجية ولكنها كانت تتميز بنفس مقدار المتعة، ولكن شـيئًا فشيئًا بدأت تقل فى العدد والجودة أيضًا، وأنا أكـتم هذا الشىء فى نفس حتى اسـتجـمعت شجـاعتى منذ شـهور قليلة وفاتحته فى الأمر، وفوجئت بإجابته، فقد قال لى أنه من الطبـيعى لامرأة فى مثل سنك وظروفى ومدة زواجى أن تـستعيض عن العلاقـة الجنسية - التى من الطبيعى أن تقل أيضًـا - بعمل العادة السرية، وحين سـألته عن ماهيتهـا بالنسبة للسيدات، حيـث أننى كنت دائمًا أعرف أنها خـاصة بالذكور فقط شـرحها لى وقال أن هذا شىء طبـيعى وأننى لابد من القـيام به، فهل هذا صـحيح؟ وإن لم يكن صحيحًا، فما الحل فى مثل حالتى؟

✍ ✍ ✍

* سيدتى الفاضلة، بالطبع هذا الكلام لا هو صـحيح، ولا يمت للصحة

بصلة، فليس هناك ما يسمى بممارسة العادة السرية بعد الزواج، فإنها محرمة دينيًا، وكما نعلم أن الله لم يحرم علينا أبدًا ما هو ضرورى لحياتنا كما يزعم زوجك، ولكن دور العادة السرية هو تصريف الشهوة والرغبة الجنسية التى خلقها الله أيضًا كغريزة أساسية فينا وحول مصرفها الشرعى والصحيح والأساسى هو الزواج، أما الغرض الأصلى والرئيسى من الزواج هو توفير التحصين والعفاف للزوجين بخصوص هذه المسألة خاصة، وبخصوص مسائل الاستقرار النفسى والعاطفى وبالطبع تكوين أسرة عامة، أما ما يجب أن يدور عنه الحوار بينك وبين زوجك فهو قصراً سبب التغيير فى حياتكما الجنسية التى طالما كانت مستقرة ومنتظمة، وأنك شريكة له فى ذات العلاقة ولابد لك أن تكونين فى الصورة فى أى تغيير قد يطرأ عليها كما أن له نفس الحق بالنسبة لك، أما عن هذا الاقتراح الغريب فواجهيه بخطئه وأخبريه أنه من المستحيل أن تستجيبى لاقتراح كهذا، فهو زوجك، وهو حىّ يرزق - أبقاه الله ومتعك به - ولابد لمسار العلاقة أن ينصلح ولكن لابد أن يكون صلاحه على الطريق السوى الصحيح وليس على طريق يفترضه هوى النفس ما أنزل الله به من سلطان.

أنا زوجة منذ ٢٢ سنة، وقد سـبق زواجى قصة حب مع زوجى لمدة ٧ سنوات منذ أن كنت فى المرحلة الإعدادية، أقـول ذلك كى أصور لك يا سيدتى أن الرجل فى نظرى يساوى زوجى، فلم أعرف رجلاً غيره، ولم أعجب برجل غيـره أبدًا طوال حيـاتى، وقد رزقنى الله منه بأربع بنات هـن قرة عين لى وله، ودائمًا ما أقول له أن الله لم يشـأ أن يهبنا الولد كى يظل هو الرجل الوحيد فى حـياتى، وقد تـزوجت قبل إنهـاء دراستى الجـامعيـة، فلم أسـتـطع إكمالـها بالرغم من تشجيعه لى، ولكنى منذ بداية زواجى لم أكن أنوى العمل فلم أهتم بإكمال سنوات الجامعة وخاصة أننى كنت قد أنجبت ابنتى الكبرى. وقد سارت الحياة بنا فى شهر عـسـل دائم بالرغم من ضيق العيش، ولكن ذلك لم يكن أبدًا عائقًا أمامنا فى الاستـمتاع بما هو متاح، وقد غلف حياتنا الرضـا دائمًا.. استمر الحال هكذا حتى جـاء يوم منذ ٣ سنوات، هذا اليوم لا أستطيع وصفه فـهو قد غير مسـار حياتى من النقيض إلى النقيض، ففى هذا اليوم جـاء زوجى وحبيبى ليخبرنى أنه تزوج من سيدة قد تعـرف بها حيث كانت قد ترملت وكانت تتردد باسـتمـرار على إدارة المعـاشات - التى يعـمل بهـا زوجى - حتى تعـرف، إلى بعـضـهـما البـعض بحـكم العـمل ثم تطور الأمـر إلى الاسـتلطاف ثم الزواج العرفى، وقـد طلب منى بوجه جامـد لم أتعود عليه منه أبدًا أقـبل بالأمر الواقع والاعتراض كى نحـافظ على حياتنا سـويًا ونربى بناتنا فى سـلام نفسى للبنات وحتى دون إخبارهن أو إشعارهن أن فى الأمر شيئًا، وقد «طمأننى» قائلاً أنه لن يقضى الليل عندها أبدًا وهى تعلم ذلك وموافقة عليه ونصحنى أن أغبط نفسى

على هذه النعمة وأن ذلك يمثل تمسكه بي وحرصه عليّ وعلى بيته وبناته.. وقد سمعت هذه الكلمات التي انهالت عليّ كطلقات المدفع الرشاش دون قول كلمة واحدة وشعرت أنني في حلم مزعج تمنيت أن أصحو منه، ولكن للأسف اتضح أنها الحقيقة، وقد قال زوجي هذه الكلمات بشكل متصل وكأنه ظل يتمرن على قولها، ثم قام من مجلسه إلى غرفة نومنا وخلد للنوم، وظللت أنا في مكاني لا أستطيع أن أحرك ساكنًا، أحاول أن أفيق من هذا الكابوس ولكن دون جدوى، ولم أفق إلا حين رأيت نور الشمس واكتشفت طلوع الصبح ومرور ساعات وساعات وأنا مصابة بشلل في التفكير وسبحان من أحياني إلى الصباح.

واستجمعت شجاعتي حين استيقظ هو من نومه وسألته عما ينقصه عندي ووجده عندها، فقال الشباب والمتعة والخلو من مسئولية الأولاد وضوضائهم.. فساءت حالتي أكثر وأكثر، فلو كان أشار للاهتمام بشئونه أو بحسن التصرف حيال ظروف الحياة أو ما شابه لكان شيئًا في يدي وكنت تصرفت فيه وغيرت نفسي حياله، ولكن ماذا أفعل حيال انقضاء الشباب ووجود البنات ومسئوليتهن وضوضائهن؟! فهل أتيت بهن من بيت أهلي؟ وهل من الطبيعي أن يضع الزوج والأب عن كاهله مسئوليته تجاه أسرته وأولاده لأنه ضاق بها، وخاف على انقضاء العمر قبل الشعور بالسعادة كما يزعم زوجي؟ فقد دأب على قول ذلك وذخراً مكرراً أنه اكتشف فيما حلله الله له من رخصة التعدد السعادة والهناء، وخاصة فيما يختص بالعلاقة الحميمة، وقال لي أنه سعيد بكونه زوجًا لكلينا، أنا بطهري وعفافي وسجيتي البريئة ، وهي بخبرتها في هذه الأشياء وبقدرتها على إشعاره بنشوة وسعادة وإحساس عالي لا يشعر به

معى.. وفكرت كثيراً فى الانفصال، ولكنى لم أرد هدم المثل الأعلى للأب لدى بناتى اللاتى يعشقن أباهن، وأيضًا لـم أرد أن أجعلهن يعشن فى بيت بلا سقف وخاصة مع عدم وجود أخ لهن.

أما بالنسبة لشـعورى، فقد وجدت فيضان مشـاعرى قد انقطع تجاهه، فلم أعد أرغب فى مـجرد الحديث معـه، ولا النظر فى عينيه، بالرغم من مـحاولاته معى أن أكون عادية وأن أتقبل الأمر الواقع مثلى كمثل آلاف الزوجات، ولكنى لم أستطع، وحين كـان يطلب إلىّ العلاقة الحميـمة، كنت أستجـيب جسداً بلا روح درءاً للحرام وهذا هو كل شىء.. وبدأ زوجى يزول عنـه ابتهاجه وفـرحته شيـئًا فشـيئًـا، وبدأ يبدو مهـمومًـا مطاطئ الرأس، وأصبح لا يفـاتحنى فى شأن الزوجة الأخـرى ولا الأمر الواقع الذى يجب علىّ تـقبُّله وما شـابه، ولكنه بدأ يعتذر ويسترضينى، وحين ألحـحت عليه فى أن أعرف سبب الحال الذى أصبح عليها بعد كل هذا الانطلاق فى أول الأمر صارحنى بأن الوجه القبيح للأمر بدأ ينكشف، وأنه كان فـى نعمة لم يشـعر بها، وأن الزوجـة الأخرى بدأت تطلب باستمـرار عقد الزواج بشكل رسمى، وتتـذمر من عدم بياته معـها، وتطلب منه مصـروف بيتها بصـفته زوجـها بعد أن تعـهدت له أنها لن تثقل عـليه بصفتـها تعيش فى رغد وتعرف حجم مسئولياته، ثم انقطع منهل العاطفة والجنس الذى كان يفيض عليه ورهنته بتنفيذ طلباتها وإلا فليذهب كل إلى حال سبيله، وحين قلت له أن هذا حلّ سليم طالما هو غير مرتاح قال لى أنهـا حصلت على توقيعه على إيصـال أمانة بمبلغ كـبير بصـفة مـؤخر صـداق، وكانت فى أول الأمـر قد تعهدت له أنهـا لن تستخدمه أبدًا وأنه مـجرد ورقة لتوريها لأهلهـا كى يوافقوا على هذا الزواج.. وهو الآن يطلب إلى أن أقف إلى جانبـه وأن نعود إلى سابق

عهدنا من التوحّد والانصهـار، وأيضًا الحب والحنان الذى يقول أنه افتقده فىّ.. وقد حاولت مع نفسى مرارًا وتكرارًا ولكنى أجـد نفسى كالجماد الخالى من أى مشاعـر إنسانية بل كالجريح المطعـون والذى لا يزال جرحه ينزف دمًا مسـمومًا ويطلب منه طاعنه أن يقوم وينفض عنه هذه الدماء ويعود إلى سابق نشاطه، بل أن ينطلق فى مضمـار الجرى كأى شخص سليم بل وفتىّ.. فـهل أنا مخطئة أو مقـصرّة تجاه زوجى؟! أشـعر أننى ممزقة بين مـشاعرى وبين واجـبى.. فهل من نصيحة أستطيع بها مساندة زوجى.

✍ ✍ ✍

* يا سيـدتى.. أشفقى على نفسك من هذا التـمزق، فأنت محـقة فى ألمك النفـسى، أما زوجك فلقـد جرى وراء سـراب كاذب، وأعـتقـد فى هذه الزيجة الأخرى أنها الجنة التـى ستنتشله من جحيم الحياة والمسـئولية والأسرة، والتى هى كيانه الحقـيقى، وبدلاً من أن يتذمر من هذه المسئوليـة الجميلة، كان الأولى به أن يدير ناظريه فى مجـريات الحياة من حوله ويتطلع إلـى من حرموا نعمة الإنجاب، ويحمد الله على هذه المسئولية التى يتمناها غيره، وخاصة وأنك كما قلت لا يوجد فى حياتكما مـا يضير أو يقود لهذه الحالة من الملل والتطلع لما متع الله به غـيره من الأزواج مما لا يحل له، وإذا اسـتعرضنـا الشروط التى قامت عليـها هذه الزيجة وجدناها منتـفية الأركان من الألف إلى اليـاء، فلقد كانت سعـيًا أعمى وراء شهوة جنسـية واضحة، وليسـت زواجـًا كامل الأركان بمسئوليـة الرجل المادية والمعنوية فيه، وأيضًا يخلـو من أهم الأركان وهو العدل بين الزوجات، إذن فكيف يقوم بناء بـلا أساس؟! لابد أن يأتى يوم وينهار هذا

البناء. . أما مشكلتكما الحقيقية يا سيدتى فهى تتمثل فى نقطتين: الأولى: أزمة منتصف العمر التى يمر بها زوجك بحكم سنّه ووضعه فى هذا الموضع مع هذه السيـدة؛ ذلك اللقاء القدرى الذى لا دخل لأحد فـيه، والثانية هى مـا يسمى بالملل الزوجى والذى يشكو منه الأزواج عادة بعد سنين متفاوتة العدد من بداية الزواج حسب الظروف الأسرية الموجـودة وهذا الملل يبزغ نتيجة عـدم التجديد فى العلاقـة الزوجيـة، وخاصـة الجنسية منهـا، يتم التغلب عـلى هذه الأزمة الشهيرة بالسعى من ناحية الزوج والزوجة أيضًا لمعرفـة فنون إمتاعية واستمتاعية جديدة - طالما داخل النطاق الحلال لإسعاد كل طرف للطرف الآخر وكسر هذا الملل الجنسى الذى يتـعارض مع الفطرة الإنســانية الملولة بطبعـها، فـحاولى يا سيدتى تصفية المرارة التى تشعرين بها حيال هذا الموقف السخيف الذى وضعتما فـيه، وكـفاك ندم زوجك على مـا فات، وليـعاونه الله فى مـواجهـة الموقف الصعب والمسئولية القانونية التى تهدده.

✉ أنا يا سيدتى رجل تخطيت الخمسين بقليل، تزوجت منذ أن كنت فى الخامسة والعشرين من قريبة لى كانت حياتى معها سلسلة من حلقات السعادة لدرجة أننى بعد مرور السنة الأولى من الزواج ظللت أنتظر مبعث الأشياء السلبية فى حياتى ودأبت أقول لنفسى أنه لا يمكن أن تستمر الحياة على هذه الوتيرة التى لا تخلو من مثل هذه الأوقات الممتعة، وخاصة فى ناحية العلاقة الحميمة بيننا، فلقد بدأنا نعلّم بعضنا البعض مهارات الاستمتاع الجنسى وكيف يمكن أن يكون حتى وصل الأمر لكون اللقاءات الحميمة بيننا منهل للسعادة البشرية فى أسمى صورها بالرغم من انعدام خبراتنا السابقة، وبدأت بالفعل بوادر انتهاء السعادة بتأخر حدوث الحمل، وحين بدأنا فى عمل الفحوصات وجدنا الطامة الكبرى بالنسبة لى، وهى عدم إمكانية أن أنجب أبدًا، وقد قالها لى الطبيب صراحة بأن أنسى الأمر برمته وألا أحاول لأن أية محاولات فى هذا الصدد سوف تبوء بالفشل لا محالة، وقد كانت هذه نقطة تحول فى علاقتى بزوجتى الحبيبة التى بدأت معاملتها لى تتغير شيئًا فشيئًا حتى صارحتنى بعد هذه الواقعة بحوالى السنتين أنها تريد الانفصال قبل ضياع وقت أكثر من ذلك لتلحق قطار الإنجاب من زوج آخر، وكأن كل ما فى السعادة الزوجية لا يساوى شيئًا بجانب الإنجاب.. عمومًا قدر الله وما شاء فعل، وبعد ذلك تخبطت فى علاقات كثيرة منها المشروع وغير المشروع حتى أفقت من صدمتى مرة أخرى وقررت أن أبدأ حياتى مع غيرها، ولكنى اشترطت هذه المرة أن تكون زوجة لها نفس ظروفى، فدلنى الأهل والمعارف على فتاة لم يسبق لها الزواج، ولكن بها عيب خلقى يستحيل معه الإنجاب، فارتحت لهذه الفكرة،

وقد كـانت تعمـل فى وظيفـة تشترط حـسن المظهـر - أو بالأحرى السـفور - ولكن كـان شـرطهـا هو أن أترك لهـا هذا الأمر ولا أنـاقشـهـا فى مظهـرها أو ملابسـها أو مـاكياچهـا أو شعرها، فـقلت أن لكل إنسان عـيبًـا وأن الكمال لله سبحانه وتعالى، وتمـت الزيجة بحـمد الله، وسارت الأمور بشكل مقبول بالرغم من دأبى على المقـارنة بينها وبين زوجـتى الأولى، وكانت كـفة الأولى راجـحة على طول الخط، ولكنى كنت أحـاول طرد الهواجس باستـمرار حـتى أستطيع مواصلة حياتى، ولكـن بقيت مشكلة علاقتى الجنسـية بـزوجتى الجديدة فهى لم تصل أبـدًا ولو للحـد الأدنى الذى تـعـودت عـليــه فى زواجى الأول، وقـد صارحتنى زوجتى بعـدم حبها لهذه العلاقة وأنهـا تقوم بها فقط من أجلى، ولا تستجيـب لطلبى إياها إلا بعد محايـلة ومجهود نفسى من جـانبى.. ثم حدثت نقطة تحول فى حـياتنا معًـا بوفاة ابن أختـها الشاب فى حـادث سيارة هز كـيان العـائلة بأسرها، فـتوقـفت عن العـمل وارتدت الحجـاب وانقلب حالهـا ١٨٠ درجة من الـسفور إلى الحـجاب والحـشمـة ومن حب الدنيا الشـديد إلى حب الآخرة، ومن تقديس العمل إلى تركه، أمّا عن علاقـتنا الجنسية فقد توقفت منذ ذلك الحين، تصورى يا دكتورة أنها توقـفت تمامًا منذ ٣ سنوات، وكلما دعوتها لها قالت لى: «لسه لك نفس تعمل كده ؟!» وكلام آخر من نوعية أن كل شىء زائل وأن المتعة ليست فى هذه الأشياء، وتتحـجج أحيانًا أخرى أنها لن تستطيع أن تستـحم وإن انتظرت حتى الصبـاح فاتتها صـلاة الفجر، واحتـملت أقدارى حتى أنزلقت مـؤخرًا فى علاقة جـسدية، ولكنى حرصت أن تكون غيـر كاملة، وسمعت ثنـاء كثيرًا على قدراتى الجنسـية من شريكتى في هذه العـلاقة الآثمة، وبدأ حس الرغبة الشديدة يلح علىّ مـن جديد، وأنا لا أريد الوقوع فى الكبائر،

كما لا أستطيع أن أتزوج من أخرى حيث أن مركزى الاجتماعى لا يسمح بذلك، كما أننى لا أستطيع تطليق زوجتى لأنها امرأة فاضلة وأحفظ لها كل حب واحترام، أنا أشعر بالحيرة الشديدة جداً جداً، كما أشعر بالعجز ولا أستطيع أن أضع الأمور فى ميزانها الصحيح، وأخشى إن ظلمت أن يحاسبنى ربى حساباً عسيراً سواء ظلمت نفسى أو ظلمت زوجتى، آسف للإطالة، وأرجو أن أجد لديكم ما يريحنى.

✍ ✍ ✍

* يا سيدى، أرجو منك أولاً أن تعذر زوجتك، من ناحية لأنها إنسان ومن ناحية أخرى لأنها امرأة، أما بالنسبة للإنسان فقد وصفه الله تعالى فى كتابه العزيز بكونه ظلوم كفار، أى أنه كثير الظلم للآخرين وإن لم يقترفوا فى حقه شيئًا، وكفار أى أنه يكفر بنعمة الله التى أنعم بها عليه ولا ينظر إليها ويحمد الله عليها ولكن دائمًا يتطلع لما ليس فى يده وإن زادت النعم التى فى يده عن كل حد، أما لكونها امرأة، فلأن الأمومة غريزة أساسية عند كل أنثى، لا يواريها إحساس آخر وتأكد يا سيدى أنه لو كانت هى السبب فى عدم الإنجاب لكان لك شأن آخر بهذا الخصوص، أما الأهم وهو علاقتك الجنسية بزوجتيك، فالزوجة الأولى قد تشكل على يديها وبشراكتها القالب الجنسى لك، فارتحت أنت له وصرت تقيس تجاربك اللاحقة عليه، ولحسن حظك - أو سوئه - أن هذه التجربة الأولى كانت مثالية بمقاييس متعتك الشخصية ولذلك صعب تحقيق نفس مستوى المتعة فيما بعد، وزاد على ذلك انعدام حتى هذا الحد الأدنى من المتعة بسبب صدمة زوجتك فى ابن أختها وتحول حالها إلى

حالة غريبة لا علاقة لها بالتدين أو الالتزام الديني، بل على العكس، لو تعلم زوجتك كم الإثم الذى يصيب الزوجة من رفضــها هذه العلاقة مع زوجها دون سبب مناسب، لكانت أول من سعى إليــها سعيًا واجتــهدت فى تعلم فنونها، ولكني أعيب عليك يا سيـدى أنك لم تحاول تعليمها فنون الإمتاع والاســتمتاع الزوجى، ولو كنت فعلت لكان قد عاد عليك وعليها بالنتائج الإيجابية الطيبة، ولو تعلم زوجتك أيـضًا أن إجابتهـا لمطالبك الشرعـية هو حسن التـبعل الذى وصفــه الرسول ﷺ بأنه هو ذاته جـهاد المرأة فى سـبيل الله، وكأنــها تمسك بسيف وتقطع به الرءوس فى سـبيل الله، لو علمت كل ذلك لاختلف حـالها عن ذلك كثـيراً، ولكن ما العـمل الآن فى ظل الظروف الراهنة، أنا أرى أنك تفتح معـها حوارًا صريحًـا مع إخبارها بما حدث لك من جـراء ضعف نفسك بسبب حرمانك من مـأربك الشرعى فيها والذى يحقق تحصـينك وعفافك ضد الوقوع فى المعاصى، وقل لها أنها هــى الـسبب فى كل ذلك وإن كان لا يعفيك من مسئولية الخطأ، واستعن بأحد رجال الدين ليخبرها بالحقائق الدينية المختصة بهذا الموضـوع وليكن عامل مساعـد على إقناعها طالما هى اتجـهت هذا الاتجاه الدينى المستـحسن، أما بالنسـبة لك يا سيدى فـاستعن على وسـاوس الشيطان بمجاهدة النفس ضـد الزلل، لا أنت ملام على إلحاح الرغـبة عليك، ولا أنت معـفى من الذنب إذا زلت قدمك إلى المعصـية، فلتأخـذ بالأسباب يا سـيدى وليوفقك الله لما يـحب ويرضى، وتمسك بخشيتك من الله وخـوفك من عقابه والله المستعان.

✉ أنا شـاب فـلسطينى أبلغ مـن العـمـر ٢٢ سنة، تـزوجت منذ ٣ سنوات حيث أن هذه هى السـياسة المتـبعة فى بلادنا لـزيادة الذرية حيث الأمل فى تحـرير البلاد، أمـا ما أعـانى منه من الناحـية الجنـسيـة فهى سـرعة القـذف، وقدكـنت أسكت عن هذه الحالة لما علمت أنـها لا تتـعارض مع الإنجـاب، أما الآن وقد أنجـبت ولدى الأول، فقـد بدأت الرغبـة فى انصلاح الحـال تلح علىّ وعلى زوجتى فهل لهذه الحالة من علاج؟!

✍ ✍ ✍

* يا سيدى إن الشـفاء من هذه الحالة سهل ومـضمون بإذن الله، وأحب أن أطمئنك أن هذه الحـالة متكررة ومنتـشـرة جدًا، ومـا عليك إلا الذهاب إلى طبيب متخصص لعلاج الحـالة، شريطة الانتظام والمواظبة على العلاج، ولتكن زوجتك معك فى زيارة الطبيب حيث أن لها دورًا فى التمارين العلاجية، فضلاً عن المعلومات التى قـد يخبرها بها الطبيب بخـصوص كيفيـة الإثارة الزوجية، وكيـفية إطالة مـرحلة المداعبة قبل الجـماع، إذ أن ذلك وحده هو أحـد أركان العلاج، فضـلاً عن الاستعانة بـبعض المراهم الموضعيـة والمستحضرات الـطبية كالعازل الذكـرى والمسكنات، أما عن ترتيب سبل العلاج ونوعية الـعلاج فهو يختلف حسب معطيات كثيرة يحددها الطبيب بعد الاستماع لشكواك وفحصـك، وفقـك الله إلى العلاج الصحيح، فـبيد الطبيب وصـف الدواء وبيد الله وحـده الشفاء بإذن الله.. ولك ولسائر شعبنا العربى الحبيب كل التحية والسلام.

✉ **أنا زوجة شـابة أبلغ من العمر ٢٦ سنة، متـزوجة منذ ٥ سنوات ولدى ابن عمره الآن ٣ سنوات. أنا أحب زوجي وهو يحـبنى ويقدرنى والحمد لله، ولكن بخصـوص علاقتى الزوجـية الخاصـة معه، فـعندى شكوى، لا أعلم حقًا إن كانت شكوى تستـحق التدخل أو الرأى الطبى أم لا، فلقائى الحميم مع زوجي لا يستمر لأكـثر من ١٠ - ١٥ دقيقة، ولا أزعم أننى لا أشعـر بالمتعة أو أحس شيـئًا كما أقـرأ أحيانًا فى بابكم القـيم، بل أننى أستمـتع بشكل مرضى، ولكن ينتهى اللقاء سريعًا، فـيظل عندى شعور أن هناك المزيد من المتعة التى لم أصل إليهـا بعد، ويتكرر عندى هذا الشعـور الدفين فى كل مرة ألتقى فيـها مع زوجي، بالرغم من متعته هو وثنائه على تفاعلى معه فى اللقاء مما يضـيف - كما يقول - متعة إلى متعته، ولكن الآن، ومن خلال هذا الباب الغنى والمفيد للقراء، انتظرت مـشكلة شبـيهـة لعلنى أجد حـلاً لمشكلتى، ثم لم أجد بدًا مـن إرسال مشكلتى الشخصية حيث لم أجد شيئًا شبيها.. أشكركم مسبقًا وأشكرلكم هذه الجهود.**

✍ ✍ ✍

* سيدتى الشابة العزيزة..

إنك مثال لنداء الفطرة الصـحيحة يا سيـدتى الفاضلة، تلك الفطرة التى تعانـى فى صمت فى معـظم حالات الزيجـات التقليـدية، التى يتم فيـها أداء الوظيفة الجنسـية، فيستـسلم الزوج أو الزوجة (وغالبًا مـا تكون الزوجة) للأمر

الواقع على أساس أن هذا هو المتاح وهـذا هو الموجود، وأنه بما أن الزوجة فى أغلب الأحوال لا تملك تجارب جنسية سابقـة تخول إليها الحكم الصحيح على الأمور على أساس المقارنة، فهى تعتقد أن هذا هو شكل العلاقة الجنسية وعليها تقبلهـا كما هى، فيـبدأ المسلـسل الكئيب المسـمى بالملل الزوجى، ويصيب هذا الملل فى هذه الأحوال معظم جوانب الحياة عن طريق التسرب الصامت، بحيث حال مناظرة أى أو كل مـن الزوجين، يفشل غالبًـا فى تحديد سـبب أو توقيت حدوث هذا الملل، ولكنه فى حقيـقة الأمر يكون نداء الفطرة الذى تحدثت عنه فى أول الرد، ولكن للتـعرف عليه وتشـخيصـه، يتطلب ذلك شخصـية ذات مواصفات فكرية خاصة، ونسـبة ذكاء عالية، وقدرة على الربط بين هذا وذاك، وهذه الأخيرة بالذات هى مـا تفتقده معظم السـيدات للأسف، وبعض الرجال أيضًـا، ولكن فى حالتك، نجـحت يا سيـدتى فى التعـرف على احتـياجـاتك الفطرية، والتقاطها من بين جنبات وجدانك، وأيضًا شخصت بدقة مصدر هذا الشعـور بعدم الرضـا، فاسمـحى لى أن أبدى إعجابى بذكـائك الذى تفتـقده الكثيرات. عـودة إلى حالتك على وجه خـاص فأقول لك أننى استشـفيت من حديثك أن زوجك لا يهـتم بالقدر الكافى بمرحلة المداعبـة التى يجب أن تسبق العلاقـة نفسها، والدليل على ذلك قـولك أن العلاقة برمتـها تستغـرق حوالى العشر دقائق، وهذه المدة ليست كافية البتة لتحقيق الإشباع العاطفى لك، فالمرأة تحتـاج وقتًـا أطول للإثارة، ولذلك أوصى الرحـمن سبحـانه وتعالـى الرجال بالاهتمـام بهذه المداعبـة بأمر مبـاشر فى سورة البـقرة: ﴿وقدمـوا لأنفسكم﴾ (٢٢٣) وأنا أزعم أيضًا أنك لم تصلى أبدًا لمرحلة الشبق أو مـرحلةالرعشة كما تسمى أحـيانًا، وهذا هو الذى يعطيك الإحساس بأن هنـاك شيئًا ما ناقـصًا فى

علاقتك مع زوجك بالرغم من تفاعلك الأولى معه. ولذلك فأنت تعتقدين أنه لم ترد لنا رسائل مـشابهة لمشكلتك، بلى يا سـيدتى العزيزة قـد حدث ذلك، ولكن كانت الشكوى الدائمة هى عدم الاستمتاع، وشكواك هذه هى درجة من درجات عدم الاستـمتاع أيضًا..

إذن فما هو الحل لهذه المشكلة؟!

الحل يا سيدتى العزيزة ينقسم إلى مراحل:

المرحلة الأولى: هى فـتح حوار شامـل وصريح مع زوجك ومـصارحـته بأنك لا تستطعين إتمام استمتاعك به وبعلاقتـه معه، وأنك - لأنك تحبينه كثيرًا تودين الاستمتاع معه على أقصى ما يكون الاستمتاع، وهو ما تعتقدين أنه غير موجود معه بسبب إحساسك بأن مـتعتك غير مكتملة، وأنك تسعين إلى تحـسين هذا الجانب من علاقـتكما ويكون ذلك بمثابة تتـويج لهذه العلاقة التى تحـبينها وتسعين لاستكمال مواضع النقص فيها.

المرحلة الثانية: هى مرحلة التنفـيذ لهذا الاتفاق الذى سيـتم الوصول إليه بينكما طالما توافـرت أسباب ذلك من ودّ وحسن عـرض لهذه القضـية، وحال الوصول لهذا الاتفاق، يبدأ التنفيذ، ويكون ذلك كما يلى:

١ - يبدأ الزوج بالاهتـمام بمرحلة المداعبة التى تـسبق الجماع الفعلى ويعـطيها حق قدرها ويطيلها ما استطاع، وليشـجع زوجته على محاولة التقاط هذه الأحاسيس حتى تصل لتمام متعتها.

٢ - يحاول الزوج أن يلتقط أحاسيسه هو نفسه، وهى تكون أحاسيسك إيجابية

أيضًا وتزداد إيجابية بشكل مطرد بالنسبة لاستمتاع زوجته بمداعباته لها، مما يزيد شدة استمتاعه بالعلاقة الزوجية، وبذلك يكون هو الذى يسعى إلى هذا الشكل من العلاقة، بحثًا عن هذين النوعين من المتعة، النوع الأول هو متعة الاستمتاع المباشر، والنوع الثانى هو متعة الاستمتاع غير المباشر عن طريق إمتاع الزوجة.

٣ - يجب أن يعلم الزوج والزوجة كلاهما وأن يضعا فى الاعتبار أن العلاقة الزوجية الحميمة هى علاقة ثنائية لا يمكن أن تنفصم، ويشارك فيها كل طرف بنسبة ٥٠٪ أى بنسبة مساوية تمامًا للطرف الآخر، وليس كما يظن البعض أن حق الاستمتاع قاصر على الرجل أو يخصه بنسبة أكبر، هذا حديث لا أساس له من الصحة لا علميًا ولا طبيًا ولا دينيًا (وهو الأهم)، فقد قال الله فى كتابه العزيز: ﴿... ولهن مثل الذى عليهن بالمعروف﴾.. وهذا يحسم مسألة تبادل الحقوق والواجبات بين الرجل والمرأة، وخاصة الزوجية منها.

٤ - مع اتباع الإرشادات السابقة سيلحظ الزوجان أن حياتهما ستكون أكثر سعادة، وأن معاملتهما الحياتية ستتسم بمودة أكبر وبشفافية أعلى بسبب كسر حواجز المداراة والتعتيم، وتحويل مبدأ التعامل إلى التصارح والتكاشف وإبداء أى ملحوظة تجيش بالصدر إلى شريك الحياة والعلاقة، بدلاً من أن تظل بداخله فتصبح ككرة الثلج التى تكبر ويزداد حجمها كلما مر عليها الوقت وبالتالى يصعب التغلب عليها وإذابتها.

وأخيرًا يا سيدتى أشكر لك ذكاءك الفطرى وسعيك للمعرفة، ورغبتك فى الإصلاح وعدم الاستسلام للأمر الواقع الذى يستسلم له الكثيرون والكثيرات مما يجعل بيوتًا كثيرة تغلق على مشاكل، وتظل المشاكل تكبر وتستفحل إما لجهل أصحابها بوجود حلول لها، أو لعدم سعيهم لحلها، ولا أجد ختامًا خير من حديث السيدة عائشة أم المؤمنين رضى الله عنها: «رحم الله نساء الأنصار، لم يمنعهن حياؤهن من التفقه فى الدين».

أنا شاب فى الثانيـة والثلاثين من عمرى، شـاء الله أن يبتلينى فى صـحتى بأن أصـبت بورم خـبيث فى إحـدى الخصـيتـين حين كنت فى الثالثـة والعشرين من عمرى، ولا حول ولا قـوة إلا بالله، وخضعت للعلاج الكيماوى والجراحى، وقـد تم استئصال الخـصية المـصابة وظللت بخصـية واحـدة، وقد طمأننى الطبـيب بقوله أن الورم كان مـحصوراً داخل هذه الخـصية المسـتأصلة، وبعد إتمام جلسات العلاج والخضوع للفحـوص الطبية والمعملية، اطمأننت إلى النتائج بحمد الله وفضله وبدأت فى اسـتئناف حياتى الطبيعية شيئًـا فشيئًا، حتى وصلت الظـروف إلى الحـد الذى يجب أن أفكـر فى الزواج عنده مثـل سـائر الشبـاب فى مثل سنى، وبعد أن استطـعت الحصول على شقـة وأعدت تكوين بعض المدخـرات التى كانت قد اسـتنفدت فى عـلاجى.. بقى أمر يحـول بينى وبين زواجى وهو كـونى فاقـداً لإحدى خـصيـتى، وكلمـا أقدمت على خطبـة إحدى الفـتيات المرشحـات من قبل الأسرة تراجـعت لخوفى من أن أظلم بنات الناس مع شـخص حكم عليه بابتـلاء كهذ ا، والذى قـد ينتج عنه حـرمانى من نعـمة الأبوة وحـرمان هذه الفـتاة التى قـد يقسـمها الله لى من نعمـة الأمومـة. وبالرغم من قيامى بالتحليلات اللازمـة للتأكد من ذلك وتأكيد الأطباء لى أننى سليم من الناحية العضوية بالنسبة للوظيفـة والتى تقوم بها الخصية الباقية بشكل مـرضى، وتأكيـدهم لى أيضًا أن هناك مـشكلة خـفيـفة وهى نقـصان فى عـدد الحـيوانات المنويـة، ولكن ذلك سيـتـحسن تدريـجيًـا مع مـرور الزمن وانتهـاء

العلاجات الكيماوية، ولكن يساورنى القلق حتى الآن وتلك الوساوس اللعينة لا تتركينى أبدًا وأشعر أننى لن أبلى بلاء حسنًا كزوج من ناحية الفحولة والقدرة الجنسيتين، وهذه هى الأسئلة التى تدور فى ذهنى وأرجو منكم الإجابة عنها:

١ - بالنسبة للقدرة الجنسية، أنا لا أشعر أننى فى كامل لياقتى الجنسية السابقة للعملية الجراحية، فهل للعملية دخل فى ذلك؟

٢ - هل هناك أمل فى تحسن القدرة الجنسية لدى؟

٣ - هل هناك علاقة بين القدرة الجنسية والقدرة على الإنجاب؟

٤ - أخيرًا هل سأجنى على من تتزوجنى وأكون سببًا فى ظلم لها؟

✍ ✍ ✍

* سيدى الفاضل..

أرجو منك تقبل تحيتى لك بأنك استقبلت بلاء ربك لك بهذا الصبر وذاك الاحتساب، لعل الله أن يتقبل منك طاعتك ويأجرك أجر الصابرين.

أما عن أسئلتك فلنجب عنها واحدًا بواحد:

١ - أما عن قدرتك الجنسية والتى تعتقد أنت أنها تأثرت بالجراحة، فأنا أعتقد تمام الاعتقاد أنه وهم كبير، وخاصة أنك قمت بالفحوصات والتحاليل اللازمة التى تؤكد ذلك. أما عن الحقيقة العلمية التى أرى ذكرها هنا، فهى أن القدرة الجنسية تكون موجودة بسبب وجود التستوستيرون والذى

هو موجود أصلاً قبل البلوغ بدليل وجود الانتصاب فى العضو الذكرى منذ الطفولة المبكرة، بل منذ الحياة الجنينية للذكر، وهذه القدرة الجنسية لكى تكون موجودة تحتاج لكميات صغيرة من الهرمون، والتى تغطى بوجود خصية واحدة بشكل أكثر من كافى، وعلى ذلك فالقدرة الجنسية لا علاقة لها بالجراحة التى أجريتها لاستئصال الخصية المصابة.

٢ - أما عن الأمل فى تحسن القدرة الجنسية فهو دائمًا موجود بفضل الله وحمده، وهذا التحسن أكيد بإذن الله حال رفع الأوهام عن رأسك، وزيادة ثقتك ويقينك فى الله، بالطبع بعد الأخذ بالأسباب، وهذا ما فعلته أنت بأنك لجأت للفحوص الطبية اللازمة لذلك، وهذا هو الفيصل والشىء المؤكد الذى ينفى أوهامك.

٣ - أما عن العلاقة بين القدرة الجنسية والقدرة على الإنجاب فهناك إجابتان لهذا السؤال، الإجابة الأولى هى:

- (نعم)، لأن يفقد القدرة الجنسية (الفحولة) لا يكون قادراً على إقامة من الزوجة والتى تؤدى للإنجاب، فهذه علاقة سببية، أى أنها علاقة غير مباشرة.

الإجابة الثانية هى:

- (لا) إذا كان القصد هو العلاقة الطبية، أى أن المسئول عن القدرة الجنسية داخل الجسم هو مغاير تمامًا للمسئول عن الإنجاب، فالمسئول عن إفراز الهرمون الذى يسبب القدرة الجنسية هو نوع معين من الخلايا داخل الخصية، والمسئول عن الإنجاب هو نوع آخر من الخلايا

أيضًا داخل الخصية، أى أن الشىء الوحيد الذى يجمعهما هو مكان الوجود فـقط. أرجو أن تكون الإجـابة واضحـة فى هذه النقطة، حيث أنه يصعب على الكثير فهمها واستيعابها.

٤ - عن سؤالك هل على من ستتزوجها وتكون سببًا فى ظلم لها، أقول لك، يا سيدى رفقًا على نفـسك، فلا تثقل على نفسك وأنت ما زلت فى ربيع عمرك وفى صدر شبابك، فكيف عساك أن تجنى على زوجتك أو تظلمها ولديك جميـع الإثباتات الطبية والمعـملية على صحة بدنك وسـلامتك؟! فأشـفق على نفسك يا سـيدى من هذه المعـاملة القاسـية التى تعـامل بها ذاتك، وإنى أدعوك لأن تغبط تلك الفتاة التى سـتفوز بشاب صابر مثلك ويتمتع بكل هذه الرقة وكل هذا الحنان. جمعك الله بمن تستحق أن تكون لك خير متاع الدنيا، ورزقك منها بالذرية الصالحة.

سيـدتى.. أنا فتاة فى العشـرين من عمرى، مـشكلتى هى أحلام اليقظة، ومعظمهـا من النوع الجنسى، فدائمًا ما أتخيل نفسـى مع شاب يعجبنى وأذهب معـه إلى مكان ما، وأمـارس معـه العلاقـة الجسـدية.. وصدقينـى فإنى أحاول بشـدة طرد هذه الوساوس مـن رأسى ولكن بلا فائدة، فـتعاودنى ثـانية، ولا أعرف ماذا أفعل.. فهلَ من حل لمشكلتى؟!

* يا آنسى العـزيزة، إن الخيالات الجنـسية هى ظاهرة طبـيعـية للشـباب والفتيات فى سن المراهقـة، ولكن أيضًا يجب ألا نسمح لهذه الظاهرة أن تكون مدمرة لحياتنا كلها، بأن تغلب علينا تفكيرنا وتركيزنا كما تصفين بهذا الشكل، وأنا أزعم أنك تعانين من الفراغ بأى شكـل من أشكاله، وربما تعانين أيضًا من عدم الاستقرار الأسرى، بمعنى أن الحب لا يغلف حياتك الأسرية بشكل عام، ولذلك تنشدين الحب والعاطفة المتجسدين فى العلاقة الجسدية فى أحلام اليقظة التى أحيانًا ما تكون منفذًا لكل ما هو مكبـوت داخل العقل الباطن. ونصيحتى لك يا فتاتى العزيزة هى أن يملأ وقتك شىء مفيد مثل ممارسة رياضةبانتظام، أو التطوع فى العمل الاجتماعى شأن الكثيرات غيرك من فتيات الجامعة والمدارس، وفوق كل ذلك، يجب عليك أن توطدى عـلاقتك بالله سبحـانه وتعالى، وأن تكثـرى من الدعاء والتـضرع له بأن يخـرجك من هذه الكبوة الـنفسـية، وأن تخلصى فى هذا الدعاء، وأن يكون لديك اليقين أن الله سيـستجيب لك تصديقًا

للقول الكريم: «ادعـو الله وأنتم موقنون بالإجابة»، كمـا أدعوك أن تكثرى من الذكر حتى يعمـر قلبك بالإيمان، وتأكدى أن هذه الأزمة النفسيـة ستكون دفعة لك لأن تكونى إنسانة سوية وخـيرة، وأخيراً أحمدى الله يا فـتاتى على نفسك اللوامة هذه والتى هى نعمة كبيرة أقسم بها الله فى كتابه العزيز. . وفقك الله لما يحب ويرضى.

سلسلة للكبار فقط



د. هبة قطب

- بكالوريوس طب وجراحة جامعة القاهرة سنة ١٩٩١م بتقدير ممتاز.
- ماجستير الطب الشرعي جامعة القاهرة مايو سنة ١٩٩٧م، والرسالة تحت عنوان "إيذاءات الأطفال البدنية والجنسية".
- دكتوراة الطب الشرعي بجامعة القاهرة مايو سنة ٢٠٠٠م، وعنوانها "الاعتداءات الجنسية وتبعاتها الصحية".
- أستاذ مساعد لمادة الطب الشرعي و علاج السموم بكلية الطب ـ جامعة القاهرة
- دكتوراه في الطب الجنسي جامعة مايمونيدس بولاية فلوريدا ـ الولايات المتحدة الأمريكية، تحت عنوان "النموذج الإسلامي في الممارسات الجنسية".
- عضوية الأكاديمية الأمريكية للطب الجنسي. وحاصلة على جائزة أحسن بحث على مستوى الأكاديمية الأمريكية للطب الجنسي لسنة ٢٠٠٤ .
- مبتكرة لطريقة أكيدة لعلاج حالات "التشنج العصبي المهبلي اللاإرادي" والمسجلة باسمها في الأكاديمية الأمريكية للطب الجنسي.
- أول طبيبة مصرية و عربية متخصصة في الطب الجنسي والعلاقات الزوجية.
- محاضرة متمرسة في مختلف الجمعيات الأهلية ذات النشاط الاجتماعي في مصر و الوطن العربي مثل الكويت والأردن و قطر و لبنان والإمارات العربية المتحدة والمملكة العربية السعودية بخصوص العلاقات الجنسية، وكيفية تحسين العلاقة الزوجية من خلال تحسين العلاقة الجنسية.
- إستشارية لبعض الجهات الرسمية وغير الرسمية فيما يتعلق بالمشاكل الجنسية والعلاقات الجنسية السوية والتثقيف الجنسي.
- حررت باب "الأبواب المغلقة" في مجلة "الأهرام العربي" وباب "مدرسة السعادة الزوجية "في مجلة "كل الناس".
- مستشارة لباب "أسئلة محرجة" في مجلة "ولدي" الكويتية. ولموقع "إسلام أون لاين" فيما يتعلق بالاستشارات الجنسية.
- مسئولة عن باب "لاعيب ولاحرام" في موقع "بص و طل" الموجه للشباب فيما يتعلق بالتثقيف الجنسي.
- مسئولة عن باب "من غير كسوف" في مجلة "حياة".
- مستشارة لمؤسسة الهاتف الإسلامي فيما يتعلق بالجانب العلمي للفتاوى الخاصة بالأمور الجنسية.
- متزوجة من الدكتور هشام عادل حسن أستاذ مساعد طب و جراحة العين بكلية الطب جامعة القاهرة وأم لثلاث بنات: دينا و رندة و لبنى.


Exclusive
For
www.ibtesama.com